فن التداوي بكنوز البيئة

- الرقية الشرعية .
- الغذاء .
- الماء .
- الهواء .
- الحجامة وتنقية الدم .
- الصوم .

إعداد

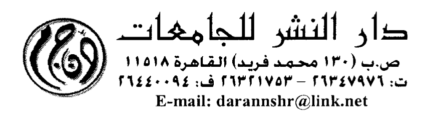
السعيد السيد نصر

عضو الجمعية المصرية للطب البديل وحماية حق المريض

بطاقة فهرسة
فهرسة أثناء النشر إعداد الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية
إدارة الشئون الفنية

نصر، السعيد السيد
فن التداوي بكنوز البيئة / السعيد السيد نصر. – ط١– القاهرة: دار النشر للجامعات، ٢٠٠٨.
٢٨٠ص ، ٢٤ سم.
تدمك: ٦ ٢٥١ ٣١٦ ٩٧٧
١- العلاج النباتي
أ- العنوان
٦١٥,٥٣٧

حقوق الطبع: محفوظة للناشر
الناشر: دار النشر للجامعات
رقم الإيداع: ٢٠٠٨/١٦٣٥
الترقيم الدولي: I.S.B.N: 977 – 316 – 251 – 6
الكود: ٢/٢٠٤



دار النشر للجامعات
ص.ب (١٣٠ محمد فريد) القاهرة ١١٥١٨
ت: ٢٦٣٤٧٩٧٦ – ٢٦٣٢١٧٥٣ ف: ٢٦٤٤٠٠٩٤
E-mail: darannshr@link.net

بسم الله الرحمن الرحيم

إهداء

إليك يا سر وجودي ..

إليك يا سياجي وحدودي

إليك يا عطر ورودي

إليك يا نواجذي وزنودي

إليك يا أم البنين يا نور ظلام المظلومين

يا أحلى حلو في مر السنين

عايش بدعائك يا أمي

أبو أنس

السعيد نصر

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

إن الحمد لله حمدًا كثيرًا طيبًا مباركًا فيه، ثم أشكر مقدّرًا كل من ساهم في إخراج هذا الجهد أو هذا العمل إلى يد القارئ الكريم، وأخص بالتقدير والعرفان وعظيم الامتنان إلى أصدقائي وأستاذي الأستاذ الدكتور مصطفى صيام الأستاذ بجامعة الأزهر؛ والذي أفادني كثيرًا بالنصح والإرشاد والمراجعة اللغوية واللفظية وكان له عظيم الأثر على هذا العمل، كما أهدي شكري وتقديري إلى صديقي وأخي الحبيب الأستاذ الدكتور محمد إبراهيم الكرارتي استشاري العظام؛ والذي يُعدُّ مرجعي الطبي المحترم.

كما أدعو الله مخلصًا بأن يتغمد برحمته أخي الأكبر المستشار محمد نجيب إسماعيل الغريب؛ لمراجعته لكتابي، وإبداء رأيه ونصحه ودعواته لي بالتوفيق، وكانت هذه المراجعة والنصائح والدعاء قبل وفاته بأسبوعين وهو على فراش المرض، فاللهم أسكنه فسيح جناتك، وأبدله دارًا خيرًا من داره وأهلًا خيرًا من أهله، ومتعه اللهم بلذة النظر إلى وجهك الكريم، ومصاحبة النبيين والصديقين والشهداء، واجمعنا معهم في جنات النعيم.

ولا يفوتني أن أشكر إخواني في دار النشر للجامعات؛ الذين اجتهدوا في المراجعة والتنقيح وإبداء الرأي الذي أفادني جدًا ككاتب يبدأ طريق التعرف على قُرَّاءه، فأرجو أن يجزيهم الله خيرًا ، وأن ينفع بهذا العمل، فاللهم اجعله في ميزان حسناتنا .. اللهم آمين .

***

تقديم
بقلم الدكتور مصطفى مصطفى صيام

بسم الله الرحمن الرحيم

أحمد الله حمدًا كثيرًا طيبًا مباركًا فيه، وأصلي وأسلم على خير خلق الله وخاتم رسله سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن والاه، وبعد .

فقد أخرجت المطابع الكثير من الكتب التي تتناول الطب البديل بالشرح والتوضيح.

حيث ركز بعض الباحثين اهتماماتهم على الأعشاب وعسل النحل والوصفات البلدية؛ التي هي في متناول الناس، والتي تخرج من بيئتهم الملاصقة لهم والأجواء المحيطة بهم .

وقد زادت المطالبة في الآونة الأخيرة بالعودة إلى ما تعارف عليه الأجداد من فنون الطب وطرق التداوي بالأعشاب، وما خلق الله في الطبيعة من أشياء خبرها الأقدمون وجربوها فكانوا يستخدمونها بمقادير محددة حسب توجيهات الأطباء، وقد تحقق الشفاء التام بإذن الله دون أن تسبب لهم أضرارًا أو ما يسميه الأطباء اليوم بالآثار الجانبية التي تنتج عن المركبات الدوائية الكيميائية الحديثة والمصنعة في زماننا في المعامل والمختبرات؛ مثل المسكنات وأدوية علاج الروماتيزم وآلام المفاصل - أعاذنا الله وإياكم من جميع الأمراض والأسقام - فقد ثبت أن الاستعمال الخاطئ لتلك الأدوية يسبب ارتباكا للأمعاء و آلامًا في البطن ومشاكل أخرى تظهر مع مرور الزمن .

كما تطالعنا الصحف والمجلات بكثير من التحقيقات الصحفية ، وتتحفنا القنوات الفضائية ببرامج شيقة ومثيرة عن الطب البديل واستخدام ما أتاحه الله لعباده من بذور وحبوب وفواكه وخضروات وأعشاب قد أودع الله فيها من الأسرار والأعاجيب؛ فمنه ما يكون سببًا للحيوية والطاقة والنضارة في الوجه والبدن، ومنه ما يكون سببًا للقوة الجنسية، وما يحتاج إليه الطالب والباحث لتقوية الذهن والصفاء النفسي والقدرة على التذكر، ومنه ما يستخدمه مريض الكلى لإزالة الحصى والأملاح، ومنه ما يكون لتنقية

الدم، ومنه ما يكون لضبط أنزيمات الكبد، ومنه ما يكون علاجًا للأمراض الجلدية من البهاق والصدفية والحساسية و(الأرتيكاريا) وغير ذلك من الأمراض. ومما جعل هذا الكتاب ميزة؛ أنه تحدث عن الأدواء التي تصيب البدن، وتحدث عن الأدوية الناجعة -بإذن الله- في تخفيف تلك الآلام أو القضاء عليها بفضل الله -تعالى- فهو سبحانه الذي خلق الداء والدواء، وهو الذي أمرنا بالأخذ بالأسباب والبحث عن العلاج (إن الله لم يخلق داءً إلا وخلق له دواءً ؛ عرفه من عرفه وجهله من جهله إلا السأم) أي الموت لأن الله تعالى قال: ﴿ إِذَا جَآءَ أَجَلُهُمْ فَلَا يَسْتَـْٔخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ ﴾ [يونس:٤٩] .

ولأن المؤلف يتمتع -بفضل الله- بذكاء حاد، وحرص على الاطلاع على كل جديد من الأبحاث العلمية في هذا المجال، فهو يتابع ما تُصدر دور النشر، ويداوم البحث في الشبكة العنكبوتية (الإنترنت) وراء كل جديد في مجال الطب البديل والتداوي بالأعشاب .

وقد عاش مؤلف الكتاب بالمملكة العربية السعودية لمدة عشر سنوات متنقلًا بين الرياض والزلفي والقصيم والأرطاوية وحفر الباطن وهو يعمل في مجال تربية النحل واستخراج العسل، وجمع الأعشاب الطبية، والحجامة، وتجارة العطارة، حيث اكتسب خبرة عملية طويلة في هذا المجال أصقلها بالقراءة المتعمقة المستفيضة المستوعبة فيما يكتب عن الطب البديل وهدي النبي ﷺ في التداوي من خلال ما جمعه الإمام ابن القيم في زاد المعاد وغيره ممن كتب عن تجارب القدماء في الطب والدواء . هذا ومن يعاني مشكلات البحث والتنقيب يعلم مقدار ما عاناه جامع هذا المؤلَف، فلا شك أنه ثمرة بحث دؤوب وسهر متواصل ونتاج صبر طويل، حتى جاء ثمرة يانعة طيبة المذاق تسر الناظرين. ومؤلِف الكتاب كما عهدته؛ محب للسنة وسطي الوجهة سليم الفكرة نقي العقيدة، بعيد عن البدع مبغض للشعوذة نافر من الدجل محب لما جاء به النبي الخاتم محمد ﷺ من الحق والخير، وقد تعرفت على فكره من خلال اتصالي به على فترات متقاربة ومتباعدة لأكثر من ثلاث سنوات بحكم تجاورنا بمدينة دمياط الجديدة، وأشهد للرجل بثاقب فكره فيما شاورته فيه من أمور كثيرة، وأشهد له بحبه للقراءة وكثرة الاطلاع وهمة البحث في مجال الطب البديل.

وقد رأيت حرصه على استلهام آيات الكتاب العزيز،والاستناد إلى السنة الصحيحة الثابتة عن المعصوم ﷺ والرجوع إلى المصادر الأصلية في هذا الباب .

وأذكر له موقفا في بادئ معرفتي به أنه لفت نظري كتاب بمكتبته عليه اسم الإمام السيوطي وهو في مجال الوصفات الطبية والتداوي بالأعشاب، فوجدنا فيه العجب العجاب من الطرق التي لا يقبلها عقل فاستنكرناها سويًا ورفضناها رفضًا قاطعًا ، وقلنا: لعل الكتاب قد دُسَّ على الإمام ونُسب إليه زورًا وبهتانًا.

فالسيوطي عالم جليل، وإمام مشهور،وهو صاحب القدم الراسخ في التفسير والحديث وعلوم العربية، ومؤلف موسوعي من الطراز الأول؛ لم يترك شيئًا من العلوم إلا وألف فيه .

فقد يكون أحد المبطلين المزورين الذين لا يتقون الله أراد أن يشيع الجهل والمنكر فنسب هذا الكتاب إلى الإمام السيوطي رحمه الله.

أما عن الكتاب الذي نقدم له فقد قسَّمه المؤلف بطريقة ذكية على الأمراض التي يتعرض لها الإنسان، وحشد فيه من المعلومات القيمة والمفيدة عن خصائص ما خلقه الله في البيئة المحيطة بالإنسان من أغذية وأدويةٍ، وتحدث عن أنواع كثيرة من النباتات والأعشاب والأغذية والأدوية؛ مبينًا فوائدها ومدى الاستفادة منها، فأجاد وأفاد. وفقه الله وأعلى قدره في الدنيا والآخرة، وفي الختام أسأل الله تعالى أن يجعل هذا العمل في ميزان حسناته، وأن يجزيه عنه خير الجزاء يوم لا ينفع مال ولابنون إلا من أتى الله بقلب سليم .

وصلى الله وسلم وبارك على الحبيب المصطفى سيدنا محمد خير البرية ورسول الإنسانية وعلى آله وأصحابه ومن تبعهم بإحسان واهتدى بهديهم إلى يوم القيامة.

كتبه

الدكتور مصطفى مصطفى صيام
أستاذ غير متفرغ بكلية الدراسات الإسلامية والعربية
بدمياط الجديدة
والأستاذ المساعد بالمملكة العربية السعودية



بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة المؤلف

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين نبينا محمد ﷺ النبي الهادي الأمين ، الذي أدى الأمانة ونصح الأمة وكشف الغمة وبلَّغ الرسالة وجاهد في الله حق جهاده حتى أتاه اليقين، وتركنا على المحجة البيضاء ليلها كنهارها لا يزيغ عنها إلا هالك ، فجزاه الله عنا خير ما جزى به نبيًا عن دعوته ورسولًا عن أمته ، اللهم أوردنا حوضه ، ولا تفتنَّا بعده ، واجعلنا ممن سمع بنواهيه فقال: تبنا وانتهينا .. ولله الأمر من قبل ومن بعد . ونسألك اللهم أن تمتعنا بأسماعنا وأبصارنا وقوتنا أبدًا ما أحييتنا واجعله الوارث منا .. واجعلنا ممن إذا أصابته سراء شكر فكان خيرًا له ، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرًا له ، واختم بصالحات الأعمال أعمالنا، وتوفنا وأنت راضٍ عنا غير غضبان ، واجعل مثوانا جنة الخلد والنعيم مع الذين أنعمت عليهم من النبيين والصديقين والشهداء والصالحين، وحسن أولئك رفيقًا.

ثم أما بعد .. ،

أعزائي القراء، أقدم لكم هذا الإصدار، الذي هو بمثابة مولودي الثاني، والذي عانيت فيه معاناةً كثيرًا ما استمتعت بها .. وكثرت المتعة في فترة مخاضه والتي زادت عن عام كامل، أحاول فيه أن أخرجه إلى النور بالصورة المثلى التي تجعله بين أقرانه متميزًا على أرفف المكتبات، ومتداولًا في المكاتب بين أيدي المهتمين بالصحة والبيئة على حد سواء ..

وصدقوني إذا قلت لكم: إن أي صناعة تعد سهلة بالقياس إلى صناعة تأليف الكتب «إذا صح التعبير» وأخص بالذكر على سبيل الحصر لا القصر هذا المجال المعروف لدى عامة الناس «بالطب البديل» والذي يواجه صراعا مريرًا يستعر في الميدان المصري دون أي ميدان آخر أمام أنصار الطب الحديث.

فالطب البديل أو الطبيعي على اختلاف مسمياته يحظى باحترام شديد في جميع دول العالم المتقدم والنائي أو النامي على حد سواء.

ولكن من فضل الله تعالى أن هذا اللون من الدواء أو العلاج له أنصار، وأنا من خلال خبرتي وتجاربي في هذا المجال من أنصار هذا اللون فلن أرضى بتسميته الطب البديل أو المكمل كما يسميه من نشبههم بماسكي العصا من المنتصف. فإني أصر على تسميته بالطب الأول أو الطب الأصيل، وأنا أيضا لا أختلف بالكلية مع الطب الحديث ولا أحاربه ولكنني أعتبره إحدى أجنحة الطب ، أو إحدى مفاصله التي لا غنى عنها ، وواجبنا جميعا أن نتفق على الاجتهاد سويًا على أمر واحد مهم ألا وهو شفاء المريض ، والشفاء دائمًا و أبدًا من المولى عز وجل، ولكن طريقة العلاج المحدث للشفاء مختلفة حسب ما يراها المعالج سواء في ذلك أنصار الطب البديل أو الحديث، وكذلك بالطريقة التي يوافق عليها المريض وتعجل بالشفاء ولا تؤدي إلى سوء حالته وانهيار قواه .

ومن خلال هذا الدواء أو هذا الطب لا نتداوى بمحرم ولا نداوي به ، وعلينا جميعا أن نستفيد من تجارب من سبقونا في هذا الطب ، ويا حبذا لو كان هؤلاء السابقون من أهل التقوى والصلاح ، والحمد لله الذي منَّ علينا بمشكاة النبوة – الذي لا ينطق عن الهوى – ففيها الخير كل الخير؛ حيث لم يترك لنا نبينا محمد ﷺ بابًا من أبواب الخير إلا وأمرنا به ودلنا عليه ، وكذلك فإنه ﷺ لم يترك بابًا من أبواب الشر إلا ونهانا عنه وحذرنا منه ، وسبق في ذلك العلوم الدنيوية ، والأبحاث الحديثة التي اعترفت بهذا الطب وهذا السبق، وسنتعرض لذلك لاحقا إن شاء الله - تعالى – في الصفحات القادمة ..

أعزائي القراء، فبعد نجاح مولودي الأول؛ والذي كان بعنوان " الحجامة بين الصدق والبهتان ومن لا يحتاج إلى برهان " والذي عرفكم بي خيرًا فطلبتم منى المزيد مما وهبه الله لي في هذا المجال .

وإني لآمل أن أترك بين أيديكم ما قد تنتفعون به مما أفاء الله به عليَّ من علم متواضع، نظرًا لكثرة أسفاري ومراجعي ، واختلاطي بقوميات متعددة بطبيعة عملي كنحَّال، فاستفدت كثيرًا من هذا الاختلاط والتعدد، فكنت أسير خلف الأعشاب ووراء الأشجار الجالبة للنحل ، فكثيرًا ما كانت تتغير بطبيعة الحال جغرافية المكان ، والزمان ، والإنسان، فنهلت من علوم بسطاء الأرض والناس من أهل البادية على اختلاف جنسياتهم ، وسبحت في بحور المكتبات بين الكتب والوثائق المتعلقة بهذا اللون من التداوي ، وتوكلت على الله وما توفيقي إلا بالله العلي العظيم فرأيت خير الهدي هدي محمد ﷺ ، وكان من أعظم هديه ؛ هديه في حفظ الصحة ويندرج تحتها عدة أمور :

* هدي في تدبير الطعام.
* هدي في تدبير الشراب .
* هدي في تدبير اللباس.
* هدي في تدبير النوم والفراش .
* هدي في معاشرة النساء.
* هدي في إصلاح البيئة .
* هدي في الاغتسال [1].
* هدي في دخول الخلاء .
* هدي في الاستشفاء والتداوي .

ومن هديه أيضًا: الانتفاع بعلوم أهل الدنيا في أمور الدنيا، وخير دليل على حرصه في تعليم أمته ﷺ عندما طلب الأطباء وسألهم عن أعلمهم بأمور الطب لكي نتعلم كيفية اتخاذ الطبيب الحاذق ولو كان غير مسلم ، فيشترط في الطبيب أن يكون أمينا حاذقًا،كما طلب الحجام وأعطاه أجره ، وأجزل له في العطاء الكثير والكثير ، بل وأوصى به خيرًا ونعته بوصف يشرف به كل من يقع تحت طائلة وصف النبي ﷺ للحجام - والذي أشرف أن أكون من هؤلاء الذين وصفهم نبي الهدى المصطفى ﷺ حيث قال: (نعم العبد الحجام ؛ يذهب الدم ، ويجف الصلب، ويجلو البصر) [2] .

فهيا بنا نأخذ من ميراث رسول الله ﷺ، وننهل من تجارب أهل الدنيا بلا شطط ولا تطرف، راجيا من الله عز وجل أن ينفع به بعد مماتي، ويكون لي ذخرًا عند ربى، وأن يكون لي شفيعًا يوم لا ينفع مال ولا بنون إلا من أتى الله بقلبٍ سليم ، لعل الله يغفر لي به خطاياي فهو -عز وجل- الغفور الرحيم ، كما أدعوه -سبحانه وتعالى- أن ينفع بكتابي هذا ، وأن ينتفع به كل من يقرأه ، فإن وجد خيرًا من هذا الجهد فإن التوفيق من المولى -عز وجل- وهو أهل الثناء والمجد ، وإن لم يجد في كلماتي خيرًا فالعيب منى ومن نفسي ومن الشيطان الرجيم، نعوذ بالله تعالى منه ومن نفخه ونفثه وهمزه ولمزه ، وأدعوا الله سبحانه وتعالى أن يغفر لي ولكم . قال تعالى: ﴿فَقُلْتُ ٱسْتَغْفِرُوا۟ رَبَّكُمْ إِنَّهُۥ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾ يُرْسِلِ ٱلسَّمَآءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا ﴿١١﴾ وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَٰلٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّٰتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَٰرًا ﴿١٢﴾﴾ [نوح].

* * *

(١) أي: تنظيف البدن ظاهرًا وباطنًا.

(٢) رواه الترمذي.



تمهيد
الرقية الشرعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ﴾

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم من همزه ونفخه ونفثه .. تحصنت بذي العزة والجبروت، واعتصمت برب الملك والملكوت، وتوكلت على الحي الذي لا يموت .. اصرف عنا الأذى إنك على كل شيء قدير

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٢﴾ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ ﴿٤﴾ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾﴾

﴿الم ﴿١﴾ ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ ۛ فِيهِ ۛ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ﴿٣﴾ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ﴿٤﴾ أُولَٰئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿٥﴾﴾

﴿وَاتَّبَعُوا مَا تَتْلُو الشَّيَاطِينُ عَلَىٰ مُلْكِ سُلَيْمَانَ ۖ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَٰكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنْزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ ۚ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّىٰ يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا تَكْفُرْ ۖ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ ۚ وَمَا هُمْ بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۚ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ ۚ وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَاقٍ ۚ وَلَبِئْسَ مَا شَرَوْا بِهِ أَنْفُسَهُمْ ۚ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴿١٠٢﴾﴾

﴿وَإِلَٰهُكُمْ إِلَٰهٌ وَاحِدٌ ۖ لَّا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَٰنُ الرَّحِيمُ ﴿١٦٣﴾ إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِن مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِن كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١٦٤﴾﴾

﴿اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِندَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ﴿٢٥٥﴾﴾

﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ ۚ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ ۚ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا ۖ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۚ أَنتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾﴾

﴿شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ ۚ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿١٨﴾ إِنَّ الدِّينَ عِندَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ ۗ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلَّا مِن بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ ۗ وَمَن يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ ﴿١٩﴾﴾

﴿إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَىٰ عَلَى الْعَرْشِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ ۗ أَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ ۗ تَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ ﴿٥٤﴾ ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ ﴿٥٥﴾ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا ۚ إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٥٦﴾﴾

﴿وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ مُوسَىٰ أَنْ أَلْقِ عَصَاكَ ۖ فَإِذَا هِيَ تَلْقَفُ مَا يَأْفِكُونَ (١١٧) فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (١١٨) فَغُلِبُوا هُنَالِكَ وَانقَلَبُوا صَاغِرِينَ (١١٩) وَأُلْقِيَ السَّحَرَةُ سَاجِدِينَ (١٢٠) قَالُوا آمَنَّا بِرَبِّ الْعَالَمِينَ (١٢١) رَبِّ مُوسَىٰ وَهَارُونَ (١٢٢)﴾

﴿هَٰذَانِ خَصْمَانِ اخْتَصَمُوا فِي رَبِّهِمْ ۖ فَالَّذِينَ كَفَرُوا قُطِّعَتْ لَهُمْ ثِيَابٌ مِّن نَّارٍ يُصَبُّ مِن فَوْقِ رُءُوسِهِمُ الْحَمِيمُ (١٩) يُصْهَرُ بِهِ مَا فِي بُطُونِهِمْ وَالْجُلُودُ (٢٠) وَلَهُم مَّقَامِعُ مِنْ حَدِيدٍ (٢١) كُلَّمَا أَرَادُوا أَن يَخْرُجُوا مِنْهَا مِنْ غَمٍّ أُعِيدُوا فِيهَا وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ (٢٢)﴾

﴿أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ (١١٥) فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ ۖ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ (١١٦) وَمَن يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَٰهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِندَ رَبِّهِ ۚ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ (١١٧) وَقُل رَّبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ (١١٨)﴾

﴿إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدُ سَاحِرٍ ۖ وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَىٰ (٦٩)﴾

﴿إِنَّهُ مِن سُلَيْمَانَ وَإِنَّهُ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ (٣٠) أَلَّا تَعْلُوا عَلَيَّ وَأْتُونِي مُسْلِمِينَ (٣١)﴾

﴿قَالَ مُوسَىٰ مَا جِئْتُم بِهِ السِّحْرُ ۖ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ ۖ إِنَّ اللَّهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ (٨١) وَيُحِقُّ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ (٨٢)﴾

﴿وَالصَّافَّاتِ صَفًّا (١) فَالزَّاجِرَاتِ زَجْرًا (٢) فَالتَّالِيَاتِ ذِكْرًا (٣) إِنَّ إِلَٰهَكُمْ لَوَاحِدٌ (٤) رَّبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ الْمَشَارِقِ (٥) إِنَّا زَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِزِينَةٍ الْكَوَاكِبِ (٦) وَحِفْظًا مِّن كُلِّ شَيْطَانٍ مَّارِدٍ (٧) لَّا يَسَّمَّعُونَ إِلَى الْمَلَإِ الْأَعْلَىٰ وَيُقْذَفُونَ مِن كُلِّ جَانِبٍ (٨) دُحُورًا ۖ وَلَهُمْ عَذَابٌ وَاصِبٌ (٩) إِلَّا مَنْ خَطِفَ الْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُ شِهَابٌ ثَاقِبٌ (١٠)﴾

﴿إِنَّ شَجَرَتَ الزَّقُّومِ (٤٣) طَعَامُ الْأَثِيمِ (٤٤) كَالْمُهْلِ يَغْلِي فِي الْبُطُونِ (٤٥) كَغَلْيِ الْحَمِيمِ (٤٦)
خُذُوهُ فَاعْتِلُوهُ إِلَىٰ سَوَاءِ الْجَحِيمِ (٤٧) ثُمَّ صُبُّوا فَوْقَ رَأْسِهِ مِنْ عَذَابِ الْحَمِيمِ (٤٨)﴾

﴿مُّحَمَّدٌ رَّسُولُ اللَّهِ ۚ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ ۖ تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا ۖ
سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِم مِّنْ أَثَرِ السُّجُودِ ۚ ذَٰلِكَ مَثَلُهُمْ فِي التَّوْرَاةِ ۚ وَمَثَلُهُمْ فِي الْإِنجِيلِ كَزَرْعٍ أَخْرَجَ شَطْأَهُ فَآزَرَهُ
فَاسْتَغْلَظَ فَاسْتَوَىٰ عَلَىٰ سُوقِهِ يُعْجِبُ الزُّرَّاعَ لِيَغِيظَ بِهِمُ الْكُفَّارَ ۗ وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ مِنْهُم
مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا (٢٩)﴾

﴿وَإِذْ صَرَفْنَا إِلَيْكَ نَفَرًا مِّنَ الْجِنِّ يَسْتَمِعُونَ الْقُرْآنَ فَلَمَّا حَضَرُوهُ قَالُوا أَنصِتُوا ۖ فَلَمَّا قُضِيَ وَلَّوْا إِلَىٰ قَوْمِهِم
مُّنذِرِينَ (٢٩) قَالُوا يَا قَوْمَنَا إِنَّا سَمِعْنَا كِتَابًا أُنزِلَ مِن بَعْدِ مُوسَىٰ مُصَدِّقًا لِّمَا بَيْنَ يَدَيْهِ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ وَإِلَىٰ
طَرِيقٍ مُّسْتَقِيمٍ (٣٠) يَا قَوْمَنَا أَجِيبُوا دَاعِيَ اللَّهِ وَآمِنُوا بِهِ يَغْفِرْ لَكُم مِّن ذُنُوبِكُمْ وَيُجِرْكُم مِّنْ عَذَابٍ أَلِيمٍ (٣١)
وَمَن لَّا يُجِبْ دَاعِيَ اللَّهِ فَلَيْسَ بِمُعْجِزٍ فِي الْأَرْضِ وَلَيْسَ لَهُ مِن دُونِهِ أَوْلِيَاءُ ۚ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ (٣٢)﴾

﴿يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ إِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَن تَنفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ فَانفُذُوا ۚ لَا تَنفُذُونَ إِلَّا بِسُلْطَانٍ
(٣٣) فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ (٣٤) يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شُوَاظٌ مِّن نَّارٍ وَنُحَاسٌ فَلَا تَنتَصِرَانِ (٣٥) فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا
تُكَذِّبَانِ (٣٦)﴾

﴿لَوْ أَنزَلْنَا هَٰذَا الْقُرْآنَ عَلَىٰ جَبَلٍ لَّرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللَّهِ ۚ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ
لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ (٢١) هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ۖ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ ۖ هُوَ الرَّحْمَٰنُ الرَّحِيمُ (٢٢) هُوَ
اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ ۚ
سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ (٢٣) هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ ۖ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ ۚ يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي
السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (٢٤)﴾

﴿قُلْ أُوحِيَ إِلَيَّ أَنَّهُ ٱسْتَمَعَ نَفَرٌ مِّنَ ٱلْجِنِّ فَقَالُوٓاْ إِنَّا سَمِعْنَا قُرْءَانًا عَجَبًا ﴿١﴾ يَهْدِىٓ إِلَى ٱلرُّشْدِ فَـَٔامَنَّا بِهِۦ ۖ وَلَن نُّشْرِكَ بِرَبِّنَآ أَحَدًا ﴿٢﴾ وَأَنَّهُۥ تَعَٰلَىٰ جَدُّ رَبِّنَا مَا ٱتَّخَذَ صَٰحِبَةً وَلَا وَلَدًا ﴿٣﴾ وَأَنَّهُۥ كَانَ يَقُولُ سَفِيهُنَا عَلَى ٱللَّهِ شَطَطًا ﴿٤﴾ وَأَنَّا ظَنَنَّآ أَن لَّن تَقُولَ ٱلْإِنسُ وَٱلْجِنُّ عَلَى ٱللَّهِ كَذِبًا ﴿٥﴾ وَأَنَّهُۥ كَانَ رِجَالٌ مِّنَ ٱلْإِنسِ يَعُوذُونَ بِرِجَالٍ مِّنَ ٱلْجِنِّ فَزَادُوهُمْ رَهَقًا ﴿٦﴾ وَأَنَّهُمْ ظَنُّواْ كَمَا ظَنَنتُمْ أَن لَّن يَبْعَثَ ٱللَّهُ أَحَدًا ﴿٧﴾ وَأَنَّا لَمَسْنَا ٱلسَّمَآءَ فَوَجَدْنَٰهَا مُلِئَتْ حَرَسًا شَدِيدًا وَشُهُبًا ﴿٨﴾ وَأَنَّا كُنَّا نَقْعُدُ مِنْهَا مَقَٰعِدَ لِلسَّمْعِ ۖ فَمَن يَسْتَمِعِ ٱلْـَٔانَ يَجِدْ لَهُۥ شِهَابًا رَّصَدًا ﴿٩﴾﴾

﴿وَٱلسَّمَآءِ ذَاتِ ٱلْبُرُوجِ ﴿١﴾ وَٱلْيَوْمِ ٱلْمَوْعُودِ ﴿٢﴾ وَشَاهِدٍ وَمَشْهُودٍ ﴿٣﴾ قُتِلَ أَصْحَٰبُ ٱلْأُخْدُودِ ﴿٤﴾ ٱلنَّارِ ذَاتِ ٱلْوَقُودِ ﴿٥﴾ إِذْ هُمْ عَلَيْهَا قُعُودٌ ﴿٦﴾ وَهُمْ عَلَىٰ مَا يَفْعَلُونَ بِٱلْمُؤْمِنِينَ شُهُودٌ ﴿٧﴾ وَمَا نَقَمُواْ مِنْهُمْ إِلَّآ أَن يُؤْمِنُواْ بِٱللَّهِ ٱلْعَزِيزِ ٱلْحَمِيدِ ﴿٨﴾ ٱلَّذِى لَهُۥ مُلْكُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ ۚ وَٱللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ شَهِيدٌ ﴿٩﴾ إِنَّ ٱلَّذِينَ فَتَنُواْ ٱلْمُؤْمِنِينَ وَٱلْمُؤْمِنَٰتِ ثُمَّ لَمْ يَتُوبُواْ فَلَهُمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ وَلَهُمْ عَذَابُ ٱلْحَرِيقِ ﴿١٠﴾ إِنَّ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ لَهُمْ جَنَّٰتٌ تَجْرِى مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَٰرُ ۚ ذَٰلِكَ ٱلْفَوْزُ ٱلْكَبِيرُ ﴿١١﴾ إِنَّ بَطْشَ رَبِّكَ لَشَدِيدٌ ﴿١٢﴾ إِنَّهُۥ هُوَ يُبْدِئُ وَيُعِيدُ ﴿١٣﴾ وَهُوَ ٱلْغَفُورُ ٱلْوَدُودُ ﴿١٤﴾ ذُو ٱلْعَرْشِ ٱلْمَجِيدُ ﴿١٥﴾ فَعَّالٌ لِّمَا يُرِيدُ ﴿١٦﴾ هَلْ أَتَىٰكَ حَدِيثُ ٱلْجُنُودِ ﴿١٧﴾ فِرْعَوْنَ وَثَمُودَ ﴿١٨﴾ بَلِ ٱلَّذِينَ كَفَرُواْ فِى تَكْذِيبٍ ﴿١٩﴾ وَٱللَّهُ مِن وَرَآئِهِم مُّحِيطٌۢ ﴿٢٠﴾ بَلْ هُوَ قُرْءَانٌ مَّجِيدٌ ﴿٢١﴾ فِى لَوْحٍ مَّحْفُوظٍۭ ﴿٢٢﴾﴾

﴿وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ ﴿١﴾ ٱلَّذِى جَمَعَ مَالًا وَعَدَّدَهُۥ ﴿٢﴾ يَحْسَبُ أَنَّ مَالَهُۥٓ أَخْلَدَهُۥ ﴿٣﴾ كَلَّا ۖ لَيُنۢبَذَنَّ فِى ٱلْحُطَمَةِ ﴿٤﴾ وَمَآ أَدْرَىٰكَ مَا ٱلْحُطَمَةُ ﴿٥﴾ نَارُ ٱللَّهِ ٱلْمُوقَدَةُ ﴿٦﴾ ٱلَّتِى تَطَّلِعُ عَلَى ٱلْأَفْـِٔدَةِ ﴿٧﴾ إِنَّهَا عَلَيْهِم مُّؤْصَدَةٌ ﴿٨﴾ فِى عَمَدٍ مُّمَدَّدَةٍۭ ﴿٩﴾﴾

﴿إِذَا زُلْزِلَتِ ٱلْأَرْضُ زِلْزَالَهَا ﴿١﴾ وَأَخْرَجَتِ ٱلْأَرْضُ أَثْقَالَهَا ﴿٢﴾ وَقَالَ ٱلْإِنسَٰنُ مَا لَهَا ﴿٣﴾ يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ أَخْبَارَهَا ﴿٤﴾ بِأَنَّ رَبَّكَ أَوْحَىٰ لَهَا ﴿٥﴾ يَوْمَئِذٍ يَصْدُرُ ٱلنَّاسُ أَشْتَاتًا لِّيُرَوْاْ أَعْمَٰلَهُمْ ﴿٦﴾ فَمَن يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُۥ ﴿٧﴾ وَمَن يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُۥ ﴿٨﴾﴾

﴿قُلْ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾ ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ﴿٣﴾ وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدٌۢ ﴿٤﴾﴾

﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلْفَلَقِ ۝١ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ۝٢ وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝٣ وَمِن شَرِّ ٱلنَّفَّٰثَٰتِ فِي ٱلْعُقَدِ ۝٤ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝٥﴾

﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ ۝١ مَلِكِ ٱلنَّاسِ ۝٢ إِلَٰهِ ٱلنَّاسِ ۝٣ مِن شَرِّ ٱلْوَسْوَاسِ ٱلْخَنَّاسِ ۝٤ ٱلَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ ٱلنَّاسِ ۝٥ مِنَ ٱلْجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ ۝٦﴾

* * *

الوقاية والعلاج

يقول أبقراط -الذي يعد أبو الطب البشري على مدار التاريخ- : " الإقلال من الضار خير من الإكثار من النافع " .

وهناك حكمة طبية مأثورة تقول: (درهم وقاية خير من قنطار علاج) فما بالك عزيزي القارئ إذا كنت تمتلك في موروثك الديني والثقافي لا قنطار بل قناطير مقنطرة للوقاية بدلًا من درهم ، وقبل أن تتعرف على هذا الميراث ، يجب عليك أولًا أن تؤمن به حتى يتسنى لك الانتفاع به ، ويجدر بنا أن نسأل سؤالًا مهمًا ربما يجعلنا نحن المسلمين نقتنع بهذا الدواء وهذا العلاج وهذا الطب وهو : **هل هذا الموروث الديني لنا كأمة الإسلام لا ينتفع به غير المسلمين؟**

والجواب أيها السادة: أن هذا العلم أو هذا الطب نافع لكل البشر، فصلي اللهم وسلم وبارك على عبدك ونبيك الهادي الأمين محمد ﷺ وعلى آله وصحبه أجمعين .

فكيف كان هديه ﷺ في حفظ الصحة ؟ وفي أي مرحلة عمرية نضع برنامجًا لحفظ الصحة البدنية والنفسية ؟

والإجابة على هذه الأسئلة تكمن في عدة أمور نبدأها -بإذن الله تعالى- في اختيار الأم وهو الطرف الثاني الذي سيصبح شريك الحياة، والسبب -بعد مشيئة الله سبحانه وتعالى- في وجود مخلوق جديد .

وانظروا كيف كان البرنامج الإلهي ، في حفظ ذلك المخلوق من كل فساد بإذنه تعالى ؟ فقد أمر ربنا ﷻ بحسن اختيار الشريكين ؛ وهما الأب والأم، فأمر الرجل بأن يختار المرأة الحرة العفيفة الأمينة المؤمنة الولود ذات النسب العفيف، ومن أقوال أمير المؤمنين عمر بن الخطاب ؓ باختيار الزوجة حيث قال: " تخيروا لنطفكم فإن العرق دساس ".

وفى الميراث الشعبي يقول العامة: " العرق يمد لسابع جد" فأنت عندما تختار زوجتك لابد أن تختار جدًّا لابنك وجدة وخالًا وخالة، كما أنك تود ألا يشيح بوجهه

متخفيًا لو قيل له انظر خالك كان كذا وكذا ، أو خالتك .. وهكذا ، فأحرى بك أن تختار له أمًا لا يستحي ولا يحس بالخجل والعار إذا ما ذُكرت أمامه؛ بل يتشرف بها أمًّا قبل أن تكون زوجة لأبيه ، كذلك أمر كل ولي بأن يختار زوجًا لابنته ولكن بشرط إيمانه وتدينه كما جاء في حديث النبي ﷺ: «إذا خطب إليكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد عريض»[1] .

كما أمر بأن ينظر الخاطب إلى وجه خطيبته ، والمخطوبة إلى وجه خطيبها كما جاء في حديثه ﷺ ، حيث قال للمغيرة بن شعبة ﷺ : (انظر إليها فإنه أحرى، أن يؤدم بينكما)[2]. حتى لا يعيش زوجان معًا على كره أحدهما للآخر، ويكون ناتج هذا الكره إنجاب أبناء معقدين ، فكان الأمر بالنظر إلى الوجوه فيما بينهما حتى يكون الزواج عن قبول ومحبة، حتى ينعم كل من الزوج والزوجة وكذا الأولاد بالألفة والمحبة، كما جاء في كتاب الله ﷻحيث قال تعالى : ﴿ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾ ﴾ [الروم].

وخير دليل على استقامة الحياة الزوجية عدة أشياء أمرنا بها الله -عز وجل- فبعد تمام اختيار الزوجة أمرنا بحسن المعاشرة، فقال تعالى : ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾، كما أمر الزوج بأن يتجمل لزوجته ، مثلما تتجمل له ، وكذا عدم إكراهها على فعل تكرهه مثلما أمرها الله بألا تفعل ما يكرهه زوجها ، وحفظ فرجها ، وعدم إبداء زينتها إلا لبعلها؛ قال تعالى في محكم التنزيل: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا۟ مِنْ أَبْصَٰرِهِمْ وَيَحْفَظُوا۟ فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرٌۢ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَٰتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَٰرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ۖ وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ ۖ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ ءَابَآئِهِنَّ أَوْ ءَابَآءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَآئِهِنَّ أَوْ أَبْنَآءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَٰنِهِنَّ أَوْ بَنِىٓ إِخْوَٰنِهِنَّ أَوْ بَنِىٓ أَخَوَٰتِهِنَّ أَوْ نِسَآئِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَٰنُهُنَّ أَوِ ٱلتَّٰبِعِينَ غَيْرِ أُو۟لِى ٱلْإِرْبَةِ مِنَ ٱلرِّجَالِ أَوِ ٱلطِّفْلِ ٱلَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا۟ عَلَىٰ عَوْرَٰتِ ٱلنِّسَآءِ ۖ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِن زِينَتِهِنَّ ۚ وَتُوبُوٓا۟ إِلَى ٱللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ ٱلْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٣١﴾﴾ [النور] ، وكذلك

---

(١) الترمذي عن أبي هريرة ﷺ .

(٢) رواه الخمسة إلا أبا داود .

ألا تُدخِل بيته أحدًا يكرهه أو يحبه إلا بإذنه؛ فقال ﷺ في خطبة الوداع: «فاتقوا الله في النساء، فإنكم أخذتموهن بأمانة الله، واستحللتم فروجهن بكلمة الله، ولكم عليهن ألا يوطئن فروشكم أحدًا تكرهونه، فإن فعلن ذلك فاضربوهن ضربًا غير مبرِّح، ولهن عليكم رزقهن وكسوتهن بالمعروف" [1] وعندما نعلم من سيرته ﷺ حسن معاشرته لأهله يجب علينا الأخذ بها كان يفعله ، فكان ﷺ أول ما يدخل بيته يبدأ بالسواك، فيطيب فاه ودلنا على ذلك قوله ﷺ : « لو لم أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة»[2] وهذا السواك هو أول درس في الوقاية حيث قال النبي ﷺ في فضل السواك: «السواك مطهرة للفم مرضاة للرب» [3].

والمعروف أن الفم هو مدخل الطعام والشراب، فهو كذلك مدخل المرض، فإذا كان الفم طاهرًا نظيفًا فإن هذه النظافة وهذا الطهر يكسبان الجسم بالكاد الوقاية ، كما يجعل الفم طيب الرائحة مما يكسبك قبولًا عند كل من يخاطبك ، فإذا دخلت على أهلك دخلت بيتك بيمينك ذاكرًا (بسم الله ، اللهم إنا نسألك خير المولج وخير المخرج ، بسم الله ولجنا وبسم الله خرجنا وعلى الله ربنا توكلنا)، ثم تسلم على أهلك بتحية الإسلام: " السلام عليكم ورحمة الله وبركاته"، والتي تعد دعوة للسلام والحب حيث إنك إذا سميت الله عند الدخول لم يدخل معك شيطان ، ولم يكن له عليك سلطان ، فإذا كانت المائدة والطعام سميت الله وأكلت بيمينك ، وأمرت أهلك بذلك فلم ولن يطعم معك شيطان، وما كان له مبيت ولا عشاء ، وقد علمنا حبيبنا ﷺ بأن وضع اللقمة في فم زوجتك صدقة ، وهي تزيد في الود والمحبة ، ومن الأمور التي تتعلق بالوقاية أيضا : غسل اليدين قبل الأكل وبعده لما فيها من البركة والطهر.

وأيضا عند الجماع؛ أمرنا بالمداعبة والملاطفة ، وتبادل حلو الكلام وأجمله ، مع استحباب التطيب بالطيب المحبب لكلا الطرفين، والدعاء الموافق للحال قوله ﷺ: « أما لو أن أحدكم يقول حين يأتي: أهله : باسم الله، اللهم جنبنا الشيطان، وجنب الشيطان ما

---

(١) صحيح مسلم (١٢١٨).

(٢) رواه الجماعة .

(٣) أخرجه أحمد والنسائي.

رزقتنا . ثم قدر بينهما في ذلك -أو قضي- ولد ، لم يضره شيطان أبدًا» [1].

فإن رزقهما الله بولدٍ في تلك الليلة لن يقربه شيطان ، ومن هنا بدأت الحماية والوقاية بالود والرحمة والرضا والقبول ، ثم بالاستعاذة والاستعانة بالله على كل ذي شر من غيب لا نراه ونؤمن بوجوده؛ لأن الشيطان الرجيم سبق وتوعد ذرية آدم ﷺ ولكن وعد الله هو الوعد الحق بأن سلطان الشيطان الرجيم على من اتبعه من الغاوين حيث قال تعالى في محكم التنزيل: ﴿ إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ ﴿٤٢﴾ وَإِنَّ جَهَنَّمَ لَمَوْعِدُهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿٤٣﴾ ﴾ [الحجر].

فإذا رُزقت بالولد - ذكرًا كان أو أنثى - كان لذلك الحمل تدبير ، فلا مشقة في العمل مع اختيار الغذاء الجيد ، وكثرة الذكر والدعاء كذلك فإن كثرة الجماع لها من الفوائد ما لا يحصى ؛ فإنه يزيد في سمع الجنين ، وبصره ، وعقله ، ولا يكون الجماع على جوع ، ويستحب الاغتسال قبل الجماع وبعده ، وأفضل ما يشرب بعد الجماع : الحليب والعسل . كذلك من الوقاية أيضا : أكل التمر طوال فترة الحمل للأم والجنين - فإن التمر له فائدة كبيرة في هذه الآونة ، و التمر يبلل ويؤكل ويشرب ماؤه فإنه معين على الولادة ، فإذا خرج وليدك للحياة فأول ما يسمع: أذان الصلاة في أُذنه اليمنى ، وإقامة الصلاة في أُذنه اليسرى. فيا عجبًا لك يا ابن آدم أن أول قدومك للدنيا يُؤَذَّن عليك بغير صلاة ، وعند خروجك منها يُصلَّى عليك بغير أذان، فتكون حياتك فيها بين الأذان والصلاة، فاجعل عملك بينهما خيرًا لعل الله يغفر لنا ولك يوم أن نلقاه . واعلم أيها الأب بأن الرسول ﷺ قد أبلغنا: «كل غلام مرتهن بعقيقته تذبح عنه يوم السابع ويحلق رأسه ويُسمى» [2].

وهذه السُنة خير وبركة على المولود طول حياته ، أما ما يحدث من إضاءة الشموع والنقر في الهاون ووضعه بالغربال ، وما يقال في أذنيه اسمع كلام فلان ، ولا تسمع كلام فلان ، والزغاريد ، والنعيق والكلام بما لا يليق ، فتجد الغلام مطية للشيطان من يوم ولادته، فتصارعه الأمراض النفسية والعصبية .

---

(١) البخاري: في - كتاب النكاح - باب ما يقول الرجل إذا أتى أهله .

(٢) صحيح : إرواء الغليل للألباني «١١٦٥» .

فكثرة الأمراض التي لحقت به سببها منذ البداية أهله وجيرانه؛ عندما استبدلوا سنة نبيهم ﷺ بوصايا شيطانية وبدع ، وأساطير ، وخرافات ما أنزل الله بها من سلطان.

ومن الأشياء التي يجب الوقاية منها : دم الحيض والنفاس ، ففي عدم اقتراب الزوج من الزوجة أثناء نزول هذه الدماء حفاظًا على صحتهما معًا، وقد جاء القرآن الكريم صريحًا بالأمر بعدم إتيان النساء في أيام الحيض، حيث قال المولى عز وجل: ﴿وَيَسْـَٔلُونَكَ عَنِ ٱلْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَٱعْتَزِلُوا۟ ٱلنِّسَآءَ فِى ٱلْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ ٱللَّهُ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾﴾ [البقرة] .

وكذلك من وسائل الوقاية للطفل بعد مولده : الرضاعة الطبيعية؛ فيجب على الأم إرضاع وليدها الرضاعة الطبيعية، فهذا يعد حفظًا لصحته، وتغذيته الغذاء السليم ووقايته من الأمراض، حيث إن لبن الأم هو خير ما ينفع المولود ، وتتغذى بما يزيد في لبنها ويجوده ، فإن كانت لا ترضع فلتبحث عن مرضعة من أقربائها أو جيرانها قبل أن تلجأ إلى الرضاعة الصناعية ، فلربما آخيت بين وليدك وبين من لم تلد ، ولربما شددت عضده برجال أو شددت عضد نساء برجل ، وفيها زيادة في الترابط والألفة ، ولربما أراد الله من عدم إرضاعك إياه أن يكون له إخوة من غيرك ، وخير مثال على ذلك قصة سيدنا موسى عليه السلام حيث رباه ربه في بيت عدوه ، وحرَّم عليه المراضع حتى يعيده إلى أمه، وهو سبحانه الحكيم الخبير ، وكما تُوُفِّيَ عبد الله بن عبد المطلب ليكون محمد ﷺ يتيما؛ فعوضه بأُمَّينِ لا أُمًا واحدة وما كان له إخوة فآخاه الله في الرضاعة ، سبحانه وتعالى هو المانع المعطي ، فلا معطي لما منع ، ولا مانع لما أعطى وهو اللطيف الخبير.

فإذا قضى حولين كاملين فليتعلم آداب الطعام والشراب، فقال النبي ﷺ: «يا غلام، سمِ الله، وكل بيمينك ، وكل مما يليك» [1] وقوله ﷺ أيضًا: «ما ملأ ابن آدم وعاء قط شرًا من بطنه فإن كان ولابد فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه» [2].

فكما ذكرنا آنفًا أن أول تدبير للصحة في الطعام فقال المصطفى ﷺ : «بورك في طعام غسل قبله وبعده».

---

(١) متفق عليه .

(٢) صحيح الجامع رقم (٥٦٧٤) .

ومن آداب الطعام التي بها يحافظ الإنسان على صحته: أن يتعلم كيف يحمد الله بعد الفراغ من الطعام بصيغة الحمد المعهودة لنا؛ والتي علمها لنا رسول الله ﷺ : " الحمد لله الذي أطعمنا وسقانا وجعلنا مسلمين ، اللهم بارك لنا فيه وارزقنا خيرًا منه وقنا عذاب النار " .. وغيرها من الأدعية المأثورة في هذا الغرض ، فشكر النعمة يزيدها تصديقًا لوعد الله لنا حيث قال – تعالى – في محكم التنزيل : ﴿ وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾ ﴾ [إبراهيم] .

ومن آداب الشراب التي هي من سنن النبي ﷺ: إذا شرب لا يشرب واقفًا؛ فيستحب الشرب جالسًا، كما ينهى عن الأكل والشرب متكئًا ، فالشرب واقفًا يؤذى الكبد والمعدة إيذاءً بالغًا، والشرب يكون على ثلاث مرات؛ يبدأ وينتهي بالحمد لله ، وليتعلم ذلك في كل أمر من أموره الدنيوية ، فمثلًا إذا دخل الخلاء فليقل: " اللهم إني أعوذ بك من الخبث والخبائث " وبعد الانتهاء والاستنجاء يخرج بيمناه قائلا : " الحمد لله الذي أذهب عني الأذى وعافاني (غفرانك) " فإن شكر الله على ذهاب الأذى والمعافاة يديم نعمة ذهاب ذلك الأذى فلا يحدث له إمساكًا ، ولا احتباس بول ، ولا حصوات بأنواعها في الكلى والمرارة والحالب وغيرها ، ولا بواسير، وما نراه من أمراض قد زادت انتشرت ولا أرى لذلك سببًا إلا أن الناس ينسون ذكر الله في دخول الخلاء والخروج منه ولا حول ولا قوة إلا بالله .

فإذا بلغت سبعًا يا وليدي فصلِ لله خمسًا ، ولتعود نفسك على ارتياد واعتياد المساجد واحفظ لله ذكرًا ، ولا تنمْ قبل أن تصلى وترًا، فمن شبَّ على شيء شاب عليه ، واعلَمْ أن الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر والبغي ، ولذكر الله أكبر ، وابدأ بتعلم الأشياء صغيرها وكبيرها، وخذ من علوم الدين والدنيا ما يوصلك إلى الآخرة سالمًا غانمًا داخلًا الجنة بإذن الله ، وأول هذه الأشياء: القراءة التي هي أول أبواب العلم وفي فضل العلم والعلماء قال الله – تعالى: ﴿ وَمِنَ ٱلنَّاسِ وَٱلدَّوَآبِّ وَٱلْأَنْعَٰمِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ كَذَٰلِكَ ۗ إِنَّمَا يَخْشَى ٱللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ ٱلْعُلَمَٰٓؤُا۟ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ ﴿٢٨﴾ ﴾ [فاطر].

فيجب عليك أخي القارئ أن تتعلم العلوم النافعة ،وأن تشهد مجالس العلماء ودروسهم النافعة ، وأنت يا أبا الغلام عليك أن تعمل بوصية الفاروق عمر بن

الخطاب ﷺ حينما قال: «علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل» وما ذلك إلا تقويةً لبدن ابنك، ويتعلم الصبر عند الشدائد، ويذود عن دمه وماله وعرضه، وقبل ذلك عن دينه وأمته، فالمؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف.

وأنت يا أم الفتاة، علميها من أمور الدين والدنيا ما قد ينفعها في أشياء كثيرة من حسن تدبير بيتها، وحسن معاملة زوجها؛ فلا يرى منها أي قبيح، ولا يشم منها إلا طيب الريح، ولا يسمع منها إلا حلو القول، والنصح لدينه ودنياه والذكر والدعاء، وقبل ذلك كله إذا بلغت المحيض فعلميها كيفية التطهر والحجاب وأن خير نصيحة لها ما جاءت في كتاب الله الكريم حيث قال سبحانه وتعالى: ﴿وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ الْجَاهِلِيَّةِ الْأُولَىٰ وَأَقِمْنَ الصَّلَاةَ وَآتِينَ الزَّكَاةَ وَأَطِعْنَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا (٣٣)﴾ [الأحزاب] وأن صلاتها في قعر بيتها خير من صلاتها في مسجد رسول الله ﷺ؛ لأن في هذا القرار عفتها وكرامتها، وما أكثر ما نرى في هذه الأيام من إهانة للمرأة، وجعلها سلعة تباع وتشترى، وفتاة لإعلانات السلع، تكشف من مفاتنها أكثر مما تحجب، حتى صارت سلعة رخيصة، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

وللحكماء أقوال مأثورة في حفظ البدن وكيفية الوقاية من الأمراض، من هؤلاء الحكماء الحارث بن كلدة [1] -طبيب العرب- الذي يقول: أربعة أشياء تهدم البدن: الجماع على البطنة، ودخول الحمام على الامتلاء، وأكل القديد، وجماع العجوز. أي: الجماع والبطن ممتلئ بالطعام، والاغتسال على امتلاء البطن من أكل وشرب، وأكل اللحوم المجففة، وجماع العجوز ليبوسة طبعها وقلة مائها فتجهد الرجل حتى يبلغ مراده وحتى تبلغ مرادها فتضعف قوته.

كما سأله الناس عند احتضاره النصيحة فقال لهم: لا تتزوجوا من النساء إلا شابة، ولا تأكلوا من اللحم إلا فتيًا، ولا تشربوا الدواء إلا من علة، ولا تأكلوا الفاكهة إلا في أوان نضجها، وجوِّدوا مضغ الطعام، وإذا أكلت نهارًا فلا بأس أن تنام، وإذا أكلت ليلًا فلا تنم حتى تمشى، ولا تأكلن حتى تجوع، ولا تتكارهن على الجماع، ولا تحبسن

---

(١) زاد المعاد لابن قيم الجوزية.

البول ، وخذ من الحمام قبل أن يأخذ منك ، ولا تأكلن طعامًا وفي معدتك طعام ، وإياك أن تأكل ما تعجز أسنانك عن مضغه؛ ومن ثم تعجز معدتك عن هضمه ، وعليك بكل أسبوع بقيئة تنقى جسمك ، ونعم الكنز : الدم في جسمك فلا تخرجه إلا عند الحاجة إلى ذلك ، وعليك بدخول الحمام [1] فإنه يخرج من الأطباق ما لا تصل الأدوية إلى إخراجه .

كما قال الإمام الشافعي -رحمه الله- [2] : **أربعة تقوى البدن** : أكل اللحم ، وشم الطيب ، وكثرة الغسل بغير جماع ، ولبس الكتان .

وأربعة توهن البدن : كثرة الجماع ، وكثرة شرب الماء على الريق ، وكثرة الهم ، وكثرة أكل الحامض .

وأربعة تقوي البصر : الجلوس حيال الكعبة ، والكحل عند النوم ، والنظر إلى الخضرة ، وتنظيف المجلس .

وأربعة توهن البصر : النظر إلى القذر ، والنظر إلى المصلوب، والنظر إلى فرج المرأة ، والقعود مستدبرا القبلة .

وأربعة تزيد في الجماع : أكل العصافير ، والإطريفل [3]، والفستق ، والخروب .

وأربعة تزيد في العقل : ترك الفضول من الكلام ، والسواك ، ومجالسة الصالحين ، ومجالسة العلماء [4].

هذا قليل من كثير مما ورد في حفظ الصحة والوقاية من الأمراض ، فإذا جاءت العلة بسبب أو بآخر فكيف يكون التداوي والعلاج ؟

وهذا ما سيكون موضوع الصفحات التالية إن شاء الله -سبحانه وتعالى- والله الموفق ، فهو ولي ذلك والقادر عليه .

* * *

(١) **الحمّام** : هو حمّام البخار وهو ما يعرف لدى العامة في زماننا هذا بـ (السونا) .

(٢) زاد المعاد لابن القيم رحمه الله .

(٣) **الإطريفل** : مربى الزنجبيل .

(٤) زاد المعاد لابن القيم رحمه الله .

الحمية

وهي تعد أساس الدواء كما وصفها طبيب العرب الحارث بن كلدة بقوله: " المعدة بيت الداء، والحمية رأس الدواء" .

عزيزي القارئ، لابد من أن نصف العلة وصفًا دقيقًا صحيحًا وفي هذا نصف العلاج ، وكذلك تشخيص المرض أو الداء حتى لا نداوى شيئا غير معتل ، ويؤدي ذلك إلى استعظام واستفحال العلة الحقيقية التي لم يتم تشخيصها، فلابد من معرفة العدو قبل الإقدام على محاربته؛ حتى لا نخسر صديقًا ونحابى عدوًا ، وحتى نصل إلى الوصف الصحيح للمرض علينا أن نريح المعدة من أثقالها ونغذيها بالغذاء الخفيف الذي يسهل هضمه ، حتى لا نرهق البدن المرهق بل نعينه على الانتفاع بالغذاء دون جهد .

وأفضل معين على ذلك هو العسل الطبيعي النقي ، فالعسل يغسل المعدة وينقيها ، ولا يحتاج إلى هضم ، ناهيك عما فيه من الفيتامينات والبروتينات ، والمعادن ، والسكريات وكل ما يحتاجه جسم المريض من غذاء ، هذا غير ما جعل الله -تبارك وتعالى- فيه من أسرار الشفاء، فقال عز من قائل: ﴿ ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًاۚ يَخْرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِۗ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾ ﴾ [النحل] وهنا نُكِّرَت كلمة «شفاء» لتشمل جميع الأمراض، وهنا عوض عن محذوف بالتنوين والتقدير في غير القرآن: فيه شفاء الأمراض للناس وكذا فإنه شفاء يشمل جميع بني الإنسان على اختلاف أديانهم واختلاف أمراضهم ، فالأمراض المتضادة شفاؤها بمادة واحدة هي العسل وهناك أمثلة كثيرة على ذلك منها :

- مريض الإمساك يوصف له العسل فيشفى بإذن الله .
- مريض الإسهال يوصف له العسل فيشفى بإذن الله .
- مريض الضغط المرتفع يوصف له العسل فينخفض ضغطه بإذن الله .
- ومريض الضغط المنخفض يوصف له العسل فينضبط ضغطه بإذن الله .

ومعنى ذلك أن العسل يقوم بعملية التوازن في الجسم ، وسيأتي في ذكر علاج الأسقام أمثلة للعلاج بالحمية ؛ التي هي توجيه المريض لغذاء واحد وصيامه عن باقي

الأغذية حتى يتم الشفاء بإذن الله ، والحمية أيضا هي معالجة المرض بالغذاء ما أمكن الاستغناء عن الدواء، وكان هذا هو هدي النبي محمد ﷺ، فعن أم المؤمنين عائشة -رضي الله عنها- أنها قالت : «كان رسول الله ﷺ إذا قيل له: إن فلانا وجع لا يطعم الطعام. قال: عليكم بالتلبينة ، فحسوه إياها. ويقول: والذي نفسي بيده إنها لتغسل بطن أحدكم كما تغسل إحداكن وجهها من الوسخ "[1].

كما قال صلوات ربي وتسلياته عليه: «عليكم بهذه الحبة السوداء ، ففيها شفاء من كل داء إلا السأم» [2] .

ويقول أيضا نبينا عليه الصلاة والسلام: «شفاء أمتي في ثلاث : في شرطة محجم ، أو لعقة عسل ، أو كية بالنار ، وأنا أنهى عن الكي» [3].

كما قال رسول الله ﷺ: «من تصبَّح بسبع تمرات من تمر العالية لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر» [4].

ويقول أيضا: «عليكم بالشفائين القرآن والعسل»[5] .

وقال ﷺ: «إن أمثل ما تداويتم به الحجامة والقسط البحري»[6].

كما روي عن ابن عباس – رضي الله عنهما – عن النبي ﷺ أنه قال: «ماذا في الأمرَّين من الشفاء ؟ الصبر والثفاء» .

والثفاء هو حب الرشاد ، وهو الحُرف، وهو ملين للبطن ، يخرج الديدان ويحلل الأورام وطارد للبلغم، مزيل للأملاح ، والصديد ، بمعنى أنه مضاد للالتهابات وخاصة التهابات الكلى والمثانة ، وإذا خلط بسويق الشعير والخل وتضمد به على القطن نفع من عرق النسا .

كما ذكر عن النبي ﷺ أنه عاد سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه بمكة فقال : «ادعوا له طبيبًا. فدُعي الحارث بن كلدة، فنظر إليه فقال : ليس عليه بأس، فاتخذوا له فريقة

(١) ضعيف، مسند رقم (٢٤٥٤٤)، ورقم (٢٥٢٣٣) .

(٢) متفق عليه .

(٣ البخاري (٥٦٨٠، ٥٦٨١).

(٤) متفق عليه .

(٥) ضعيف الجامع (٣٧٦٥).

(٦) متفق عليه.

-وهي الحلبة مع تمر عجوة رطب يطبخان فيحساهما- ففعل ذلك فبرئ»[1].

ومن هذه الرواية السابقة نستنبط عبر وعظات ، من هذه العبر : أن رسول الله ﷺ دعا طبيبًا ، أي أوكل أمرًا من أمور الدنيا إلى أهل العلم والذكر في هذا الأمر ليعلمنا ذلك إذا تعرضنا لمثل هذا الأمر ، وقد كان كافيًا أن يدعو الله له بالشفاء فيبرأ، ولكن علمنا ذلك حتى تصير لنا سنة من بعده إلى يوم الدين.

الأمر الثاني : هو عدم إنكار الطبيب غير المسلم حيث كان الحارث بن كلدة من غير المسلمين ولكن كان مشهورا له بالطب والحكمة.

الأمر الثالث : هو أن الطبيب عليه أن يعالج المريض بنبات البيئة التي يقطن بها، فالحلبة والتمر كانتا من نباتات بيئة العرب .

كما روي عن أبي ذر أنه قال: " أتيت النبي ﷺ وهو في جماعة من أصحابه وبيده سفرجلة يقلبها، فلما جلست إليه دحا بها إليَّ ثم قال : دونكها أبا ذر ، فإنها تشد القلب ، وتطيب النفس ، وتذهب بطخاء الصدر "[2].

وروي عن النبي ﷺ أنه قال: «العجوة من الجنة، وهي شفاء من السم ، والكمأة من المن وماؤها شفاء للعين»[3].

والكمأة فطر ينبت في باطن الأرض يشبه البطاطا والبطاطس، ولكنه لاينبت إلا عقب أمطار ورعود، ولذلك يسمى في المغرب نبات الرعد، وهو من المن الذي منّ الله به على قوم سيدنا موسى -عليه السلام- في التيه، وهو يشبه اللحم إذا طُبخ وماؤه إذا اعتصر وقطر به في العين كان شفاء لها ، وهو مجرب صحيح في جميع أسقام العين .

كما أوصى النبي ﷺ باستعمال زيت الزيتون، ويجدر بنا أن نذكر فائدة أو ملحوظة مهمة وهي: أن زيت الزيتون هو فقط الذي يسمى زيت؛ لأنه يتكون من كلمة ذات مقطعين، الزيت مقطع منها " زيت ـ ون " أما باقي الزيوت فالصحيح أن يطلق عليها دهن، مثل: دهن ذرة ودهن سمسم ودهن كتان وعلى ذلك فقس، فقال ﷺ: " ائتدموا بالزيت وادَّهنوا به فإنه من شجرة مباركة "[4] فالدهن كلمة تعم كل الزيوت ولكن

---

(١) ضعيف الجامع (٢٠٣٣).

(٢) ضعيف ابن ماجه (٣٣٦٠).

(٣) صحيح الجامع (٤١٢٦).

(٤) السلسلة الصحيحة: رقم (٣٧٩).

الزيت كلمة تخص الزيتون لأن زيت الزيتون يسمى دهنًا أيضًا .

وهنا يدعو رسول الله ﷺ إلى اتخاذ الزيت إدامًا أي غموسًا ويدهن به الجسم؛ لأن الزيت ملين طبيعي ، ويفتت حصوات المرارة والكلى، وينقي العروق، كما ينفع دهان البدن به من أمراض البرد عمومًا ويشد البدن ويقوي العظم حيث يتغذى به البدن من الداخل والخارج، وبما أن العامة يطلقون عليه لفظ " زيت طيب " فهذه تعد شهادة بأنه نافع من كل ضار؛ فهو يدفع أذى السموم المشروبة والمأكولة، وكذلك فإنه يُزيل آثار لدغات العقارب ونهش الهوام .

وإذا نظرنا إلى اختلاف الأدوية والأغذية فإن ذلك ناتج عن اختلاف البيئة التي ينمو فيها هذا الدواء وهذا الغذاء؛ فمثلًا بيئة التمر تختلف عن بيئة الزنجبيل ، وبيئة الزنجبيل تختلف عن بيئة الكمأة، وقد يصل الاختلاف إلى مواسم زراعتها مع بعضها البعض فمثلًا : الكمأة لا تجتمع مع السفرجل، وكذلك أثمانها فمن يقدر على شراء العسل في بيئة لا يقدر على شراء العسل في بيئة أخرى، ومن يقدر على شراء العسل في بيئة قد لا يجد الحلبة متوفرة تحت كل يد، كذلك القسط البحري إذا لم يكن موجودًا وُجد الحجام .

فهذا التنوع العلاجي يؤدي إلى التيسير في التداوي، ولا يتعلق المريض بما لا يتيسر له، ولا يعاني في البحث عن الدواء .

وقديمًا قال أبقراط: " عالجوا كل مريض بنبات أرضه؛ فهو أوفق لطبيعته" وهو ما يؤكده فقهاء الطب المحدثين بما يسمى بالعلاج البيئي، وسأتحدث هنا عن العلاج البيئي ويحدوني الأمل أن أوفق في الدلالة على العلاج البيئي بتعدد البيئات من بيئة زراعية أو صحراوية أو حارة أو باردة في عموم منطقة الشرق الأوسط، وقد تنفع مناطق أخرى فعلى القارئ أن يأخذ منها ما يناسبه، سائلين المولى -عز وجل- أن يوفقني وإياكم إلى ما فيه النفع والشفاء، متخذًا أسلوبًا ميسرًا لعله يسهل البحث، وذلك بتسمية العرض الرئيسي للمرض ، أو المرض نفسه مع تقديم بعض العلاجات المعروفة والمجربة لعلاجه مع بيان التناسب البيئي لذلك، وراعيت في تقديم هذه الصور العلاجية لبعض الأمراض ترتيبها ترتيبا أبجديا .

سائلًا المولى عز وجل التوفيق

فهو ولي ذلك والقادر عليه .

* * *

الفصل الأول

أسماء الأمراض
وطرق علاجها
بكنوز الطبيعة



الأذن

مـن المعـروف أن الأذن تتكـون مـن الأذن الخارجيـة ، والأذن الوسـطى والأذن الداخلية ، والأذن من أهم أركان حاسة السمع؛ إذ أن الحاسة السمعية تتركب مِنْ مركـز الحاسة بالجهاز العصبي المركزى (الدماغ) يزاد على ذلك العـصب الـسمعي وهـو الـذي ينقل تفسير الأصوات من وإلى المخ والأذنين .

والحديث هنا عن أمراض الأذن لا عن عصب السمع ، ولا عن مركز حاسة السمع، ويكون ذلك في حينه عند الحديث عن الأعصاب ومركز السمع، ومعظم مشكلات الأذن تتركـز في التهابـات الأذن الوسـطى أو تقـيح الأذن أو خراجـات بـالأذن الخارجيـة أو الوسطى .

ومن أعراض التهاب الأذن الوسطى صداع بمؤخرة الـرأس، ويـزداد حتـى يكـون بجميع الرأس، كما يشعر المريض بدوخة عنـد القيـام مـن النـوم أو الوقـوف مـن وضـع الجلوس ، وأحيانا مع زيادة الالتهاب يشعر بآلام الأذن والفكين ويـصعب عليـه تحديـد مكان الألم، ولأمراض الأذن طرق كثيرة للعلاج نأخذ منها:

أولاً : العسل :

فإن أفضل ما ينفع هذه الحالة هو تقطير عسل النحل بالأذنين والأنف على السواء .

ثانيًا : زيت الزيتون :

تقطير زيت الزيتون الدافئ قليلا مع دهان أسفل الأذن وعلى الرقبـة بزيـت الزيتـون الدافئ .

ثالثًا : حمام البخار :

كما ينفع غلي زهر البابونج في إبريق ماء ثم يقلب قمـع ورقـي عـلى الإبريـق وتوجـه القمع إلى الأذن حتى يتصاعد بخار الماء وخلاصة زهر البابونج إلى الأذن فيـذيب مـا بهـا من شمع متحجر ويعطي شعورًا بالراحة .

رابعًا : الثوم :

ويكون ذلك بأن تدق فص الثوم بأسنانك من طرفه ، ثم تضعه في أذنك بحيث يكون الطرف المدقوق - المطحون - قليلا داخل الأذن فيذهب القيح والالتهاب بفضل الله .

خامسا : الحجامة :

تكلمنا عن الحجامة في إصدار سابق، وهنا نقتبس بعضًا منه مما يفيدنا في علاج بعض الأمراض، وقد قال عنها رسول الله ﷺ: «خير ماتداويتم به الحجامة» [1].

وطريقة عملها في مثل هذا المرض في الأذن : الحجم خلف الأذنين بثلاثة أصابع يفيد في علاج التهاب الأذن الوسطى ، والماء خلف طبلة الأذن والذي يحدث طنينًا - وش - بالأذن وقد يتكرر الحجم على الأذن ولكن بعد حوالي أسبوعين من الحجمة الأولى .

وإذا كان بالأذن خراج داخلي ، فأفضل ما يعالج به قطنة منقوعة في عسل النحل توضع بالأذن طوال أربع وعشرين ساعة يتخللها تبديل القطنة كل ثلاث ساعات حتى يتم الشفاء ، والله تعالى هو الشافي ، فاسأله الشفاء .

* * *

---

(١) أخرجه الشيخان.

الاختلاج

يحدث هذا الاختلاج بسبب زيادة في ضغط سوائل الرأس أو ورم حميد أو خبيث ، وكذا الإجهاد، أو التعرض للشمس، أو الحرارة أو شم غازات مهيجة، أو العصبية -النرفزة- أو الأحزان، أو صدمة عصبية نفسية أو بدنية، وأفضل علاج لهذا هو اجتناب تلك المسببات مع العمل على علاج السبب الرئيسي سواء كان بدنيًا أو نفسيًا ،كما يجب أن نعلم علم اليقين بأن الأمراض النفسية منها ما هو نفسي عضوي – أي: مرض عضوي يؤثر في النفس – ومنها ما هو عكسي – أي: مرض نفسي يؤثر في الأعضاء.

فإذا كان المرض عضوي يؤثر في النفس، كالورم الذي يحدث الصرع مثلًا؛ فهذا علاجه بإزالة الورم، أما إذا كان المرض نفسيًا قد يؤثر على الأعضاء؛ فعلاجه يكون بكسب ثقة المريض ومحبته ومصاحبته وجعله يبوح بمكنون صدره وما يرى في منامه ومحاولة تفسيرها له بما يحب، فإن كان فيها ما يكره فليُأوِّل له ما رآه على أيسر التأويل ، وذلك كما حدث مع أحد خلفاء بني أمية عندما رأى أن كل أسنانه سقطت فقال له معبر: كل أقربائك سيموتون. فسأل مُعَبِّرًا آخر كان فطنًا لبقًا فقال : كلا يا أمير المؤمنين إنما لبشرى فستكون أطول عمرًا من كل أقربائك. فسُرَّ الأمير، وما هو إلا نفس التعبير ولكن اختلفت الألسنة .

فإذا اكتسب الطبيب النفسي أو المعالج لهذا المريض تلك الثقة؛ عليه بأن يقرأ عليه الرقية الشرعية كلما عرض عليه، ويستحب أن يقرأها على ماء نظيف وينصح المريض -بل يأمره- بأن يشرب من هذا الماء مرارًا وتكرارًا. ومن طرق علاج هذا اللون من المرض:

أولاً : ماء زمزم .

وفيه قال ﷺ :" ماء زمزم لما شرب له "[1].

وهو طعام طعم وشفاء سقم، وكثيرًا من الناس تداووا به من أمراض مستعصية فبرءوا منها والحمد لله، ففيه خاصية لا يعلمها إلا الله وهو العليم الخبير، وهو للعلم لا يتغير بتغير الزمان والمكان كما يشيع البعض ؛ بل هو خير ما يتحف به الضيفان وخير ما تحمله الركبان وهو طعام وشفاء سقم .

---

(١) صحيح (إرواء العليل) للألباني (١١٢٣) .

ثانيًا : إكليل الجبل .

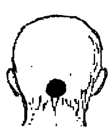
وهو ما يعرف لدى المصريين بحصا لبان ، أوروزميري ، ويفضل أن يكـون طازجًـا وطريقة التداوي به كالآتي :

يغلي في الماء بمقدار ملعقة صغيرة من أوراقه في كوب ماء، ثم يُحلَّى بالعسل، ويشرب منه كوب واحد يوميًا، وتغسل الرأس بنفس القدر من مستحلب الأوراق .

ثالثا : الحجامة .

ينصح بعمل حجامة جوزة القمحدوة وهي : النقطة التي تلمس المسطح الذي ينام عليه الشخص من رأسه أعلى القفا فوق النقطة الغائرة مـن أسـفل الـرأس عنـد التـصاق العنق بالرأس.

وهذه الحجامة تنفع في علاج أمراض كثيرة - عافـاكم الله وإيانـا منهـا - مـن هـذه الأمـراض : الـصرع وجحـوظ العينـين ، وآلام الأسـنان ، والتهـاب الغـدة النخاميـة ، وتكرارها لا يورث النسيان كما يظن البعض، وقد جربـت ذلـك بنفـسي . انظـر الـشكل الآتي :



رابعًا العسل :

ويستحب لمريض الصرع أن يتناول العسل بصورة يومية ، وياحبذا لـو أضـاف إليـه قليل من غذاء الملكات بمعدل جرام واحد لكل مائة جرام عسل ، ويؤخذ من هذا الخليط ملعقتين صغيرتين يوميًا، وليكن المريض على صلة جيدة بالله إن كان مدركًا، فـإن لم يكـن مدركًا فلتكن صلة ذويه بـالله قويـة، وليـداووا مريـضهم بالـصدقات قـال ﷺ: " داووا مرضاكم بالصدقة"[1].

(١) صحيح الجامع (٣٣٥٨) .

الأرق: - عافانا الله وإياكم منه - قد يكون وقتيًا ، كأن لا ينام الإنسان في يومه وليلته ساعة ثم يغلبه النوم فينام ، وهذا غالبًا ما يكون بسبب الشعور بالخوف ، أو بسبب مسابقة ، أو امتحان أو مقبلًا على أمر من أمور الدنيا والدين ولا يدري كيف ستكون العاقبة والخاتمة .

وهذا لا علاج له إلا الدعاء الخالص لله ﷻ وتقوى الله في السر والعلن، فهو القائل سبحانه في محكم التنزيل: ﴿أَمَّن يُجِيبُ ٱلْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ ٱلسُّوٓءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَآءَ ٱلْأَرْضِ ۗ أَءِلَٰهٌ مَّعَ ٱللَّهِ ۚ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ ﴿٦٢﴾﴾ [النمل].

وقال عز من قائل: ﴿وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ بَٰلِغُ أَمْرِهِۦ ۚ قَدْ جَعَلَ ٱللَّهُ لِكُلِّ شَىْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾﴾[الطلاق] . وقال أيضا سبحانه وتعالى: ﴿ٱلَّذِينَ قَالَ لَهُمُ ٱلنَّاسُ إِنَّ ٱلنَّاسَ قَدْ جَمَعُوا۟ لَكُمْ فَٱخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَٰنًا وَقَالُوا۟ حَسْبُنَا ٱللَّهُ وَنِعْمَ ٱلْوَكِيلُ ﴿١٧٣﴾ فَٱنقَلَبُوا۟ بِنِعْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوٓءٌ وَٱتَّبَعُوا۟ رِضْوَٰنَ ٱللَّهِ ۗ وَٱللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ ﴿١٧٤﴾﴾ [آل عمران].

أما إذا كان الأرق لسبب آخر غير ذلك، أو لسبب غير معلوم، وطالت فترته ودامت أيامًا وأسابيع ـ وقد رأيت حالة كانت تستمر لمدة شهر لم يتخلله خمس دقائق نوم حتى انهارت قواها [1] فأنصح بالآتي -والله تعالى هو الشافي:

أولًا: تقرأ الرقية الشرعية على ماء سبق وأن دُقَّ فيه سبع ورقات من سدر (النبق) (ثفلًا) -أي: ينفخ في الماء مع القراءة ، بحيث يخرج رذاذ من ريق القارئ في الماء - ويا حبذا لوكان المريض هو الذي يرقى نفسه - وهو أولى بذلك - فإن لم يستطع فأقرب المقربين منه ، ثم ممن يحسنون الرقية، ثم يشرب من هذا الماء ويغتسل ببعضه بحيث لا يتساقط الماء على مكان يداس بالقدم فيه أو به نجاسة أو تخالطه نجاسة ؛ كدورات المياه ، أو بالوعات المجاري، أو ما شابه ذلك .

---

(١) انظر المرفقات في نهاية الكتاب .

وتكرر هذه الطريقة إلى أن يبرأ الداء بلا يأس ولا كلل وإيمان بأن الله هو الشافي وليس الماء ، أو ريق الراقي ، أو رقياه .

ثانيًا: الحجامة :

تحجم جوزة القمحدوة والقرنان وهما على جانبي الرأس فوق الأذنين مباشرة كما هو بالشكل .



ثالثًا : المداومة على شرب اللبن مُحَلًّى بالعسل .

رابعًا : المداومة على شرب الخميرة البيرة في الماء البارد بدون تحلية .

خامسًا : يخلط الخيار كاملًا مع اللبن الزبادى في الخلاط ويشرب مرتين يوميًّا بدون تحلية .

سادسًا : يشرب عصير الجزر بكثرة .

سابعًا : يشرب مغلي الشعير على فترات يوميًّا وطوال اليوم .

ثامنًا : الحمام الدافئ :

يُملأ المغطس (البانيو) -أو أي شيء معد لذلك- بالماء الدافئ، ويضاف إليه قليل من ماء الريحان ، أو مستحلب زهر الريحان أو أوراقه ، مع تزويد الماء كل عشر دقائق بمستحلب ساخن من الريحان حتى يظل الماء على حرارته لمدة نصف ساعة بعدها تجهز الأغطية القطنية فور الخروج من الحمام والخلود إلى الفراش مع ترديد الأذكار الخاصة بالأرق وهي :

- " اللهم رب السماوات السبع وما أظلت ورب الأرضين السبع وما أقلت ورب الشياطين وما أضلت ، كن لي جارًا من شر خلقك كلهم جميعًا أن يفرط عليَّ أحد منهم أو يبغى عليَّ ، عز جارك ، وجل ثناؤك ، ولا إله غيرك ".

- «أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشياطين وأعوذ بك رب أن يحضرون».

ثم بعد ذلك يشرب كوب من اللبن المُحلَّى بالعسل، وبإذن الله -سبحانه وتعالى- سيذهب ما بك من أرق .

تاسعًا : تقشر بذور (لب) القرع ويدق ناعمًا ويسلق في اللبن ثم يحلى بالعسل ويؤكل كحساء للأرق المزمن .

* * *

الاستسقاء

وهو مرض يحدث نتيجة تجمع السوائل في الأنسجة ، وقد يطلق عليه: الاستسقاء البطني. وهو عادة ما يرتبط بأمراض الكبد والطحال أو أحدهما ، وأحيانا يكون الاستسقاء غير معلوم السبب، ومن أهم علاجات الاستسقاء ما يلي :

أولًا: العسل : يشرب وبكميات كبيرة لا تقل عن شرب نصف كليو يوميًا .

ثانيًا: الصوم : فمن الممكن عمل حمية غذائية بالصوم عن جميع الأكل فيما عدا ما يلي :

١ـ الإفطار : بصلة كبيرة مشوية + جزرة كبيرة مع رغيف من خبز الشعير بحجم كف اليد زنة مائة جرام + ثلاث ملاعق من عسل النحل مخلوط بمسحوق حب الرشاد ، ملعقة صغيرة من الكراويا المسحوقة + ثلاث ملاعق من عسل النحل + كوب ممتلئ من أوراق البقلة المباركة (الرجلة) .

٢ ـ وبعد ثلاث ساعات كالآتي :

حوالي مائتي جرام مكعبات قرع عسلي يتم سلقها في قليل من الماء ثم يضاف إليها كوب لبن قبل الغلي حتى يتم غليه باللبن فينضج، ثم يضاف إليه ملعقتان عسل ويؤكل دافئًا .

٣ ـ ثم بعد ثلاث ساعات أخرى كالآتي :

جزرة مسلوقة + ثلاث ملاعق زبيب + نصف كوب حبوب قمح مسلوق + ملعقة جوز هند مبشور + كوب لبن + ملعقة عسل نحل .

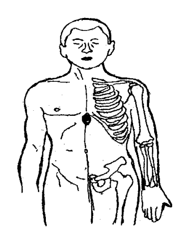
ثالثا : الخروج إلى بيئة صحراوية والإقامة فيها لمدة أربعين يومًا في جوار رعاة إبل ، والإفطار يوميًا على كمية من حليب الناقة ويستحب أن تكون أول ولادة لها (بكرية) ويشرب أيضا من بولها، وهو الأهم في علاج الاستسقاء الكبدى ـ وللعلم هو ذو مذاق جيد، فلو عبئ في زجاجات وكتب عليها مشروب القوة والحيوية ومركب من كذا وكذا ومعبأ في أرقى مصانع المشروبات لشربته وأنت تتلذذ - واعلم أن (ما أكل لحمه طاهر بوله) ليس نجس ومن الخطأ أن تجلس في بيتك ويؤتى إليك باللبن والبول؛ ولكن الأصح

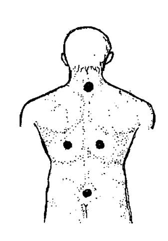
والأفضل هو أن تذهب إلى بيئته وتشرب منه فور إنتاجه ، فهذا ما سبق فيه الرسول الكريم ﷺ جهابذة الطب والعلم على الإطلاق، ففي الصحيحين من حديث أنس بن مالك ﷺ قال: " قدم رهط من عرينة وعكل على النبي ﷺ فاجتووا المدينة، فشكوا ذلك إلى النبي ﷺ، فقال: لو خرجتم إلى إبل الصدقة فشربتم من أبوالها وألبانها . ففعلوا، فلما صحّوا عمدوا إلى الرعاة فقتلوهم ، واستاقوا الإبل وحاربوا الله ورسوله ، فبعث الرسول ﷺ في آثارهم ، فأخذوا ، فقطع أيديهم وأرجلهم وسمل أعينهم وألقاهم في الشمس حتى ماتوا" .

ويؤخذ من سياق الرواية السابقة أن رسول الله ﷺ قد أمرهم بالذهاب إلى الإبل وليس استحضارها واجتلابها لهم وهم ماكثون في بيوتهم ليأخذوا ألبانها وأبوالها .

رابعًا: الحجامة:

يحجم في اليوم السابع عشر من الشهر الهجرى أسفل الضلع الأخير الأيمن والأيسر من الظهر ويباعد بين الفقرات بمقدار أربعة أصابع ، كما يحجم أعلى السرة بها يباعد مقدار أربع أصابع مقفلة وإبهام مفتوح، ويوضع الكأس على رأس الإبهام أي عند ملتقى الضلعين الأماميين ، والكأس الرابع على الكاهل ، والخامس على الفقرة العجزية (العص) وبعد الحجامة يوضع على مكان التشريط معجون حب الرشاد المطحون والمعجون بعسل النحل ، ويضمد عليه ويبدل لمدة ثلاثة أيام وتكرر الحجامة كل شهر ولمدة خمسة أشهر والله هو الشافى ... انظر الشكل الآتي :

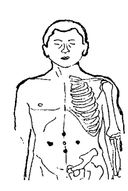




خامسًا: الكي :

ويعد آخر العلاج، فإذا كان المريض دون الخمسين عامًا يتم كيه أسفل السرة بثلاثة أصابع، وفوقها بثلاثة أصابع، وعن يمينها ويسارها بأربعة أصابع برأس مسمار (عشرة سم)، ثم يحمى المريض على حمية التلبينة، وهي تصنع من دقيق الشعير بنخالته ، ويسلق في الماء مرة ويسلق في شوربة (الأرنب) مرة أخرى .

وتكون عملية الكي كما هو بالشكل.



ومع التلبينة يمكن إضافة الجزر مبشورًا أو القرع العسلي أو قرع الدباء [1] ويؤكل أيضا خبز الشعير بعسل النحل، كما يوضع ورق الخروع على أماكن الكي لمدة أربعين يومًا ويبدل يوميًا فيسيل قيحا وماء من البطن ويجفف بقطن طبي معقم .

وأرى أن تجتمع كل هذه الطرق في علاج مريض الاستسقاء، والله وحده هو الشافي.

* * *

(١) **الدباء** : القرع الذي يخرج منه اللب الخشبي .

الأسنان

إن أفضل وسيلة لوقاية الأسنان استعمال السواك والفرشاة والمعجون ، كما لابد من زيارة طبيب الأسنان مرة كل عام على أقل تقدير، مع الامتناع عن أكل الأشياء الهشة كالشيبس ، والسناكس والويفر، ويُفضل أكل التفاح كاملا بقشره والجزر (هذا يختص بالوقاية) .

فإذا عرض للأسنان عارض؛ فالكلمة الأولى والأخيرة لطبيب الأسنان، ومن الخطأ استعمال زيت القرنفل للتسكين أو للعلاج؛ لأن زيت القرنفل يعد مسكنًا مؤقتًا إذا لم يتعد الضرس، ويكون عبارة عن نقطة واحدة على قطعة قطن. أما إذا تعدى ذلك؛ فإنه يصيب اللثة بالتآكل، **وخلاصة القول في الأسنان**: أن الوقاية خير من ألف علاج .

وأرى أن الحجامة هي خير علاج للخراجات التي تعرض لجذور الأسنان، وتعتبر علاجًا ووقاية، ويكون موضع الحجامة في جوزة القمحدوة وقد سبق الإشارة إليه في علاج الأذن ـ وتحت الذقن .

تغيير لون الأسنان (تبيض الأسنان) :

تدلك الأسنان بقليل من مسحوق الفحم وكربونات الصوديوم وقليل من الخل .

* * *

الإسهال

أولًا : إسهال الأطفال الرضع :

يبشر الجزر ويسلق مع الأرز ، ويعطى للأطفال بانتظام حتى ينتهى الإسهال .

ثانيًا : إسهال الكبار :

- يؤخذ حساء الثوم مع الليمون.
- يؤخذ عصير الجزر ، أو يؤكل الجزر مسلوقا .
- يغلى قشر الرمان ويشرب ماؤه فهو يعتبر قابضًا .
- مغلي البن + عصير نصف ليمونة فإنه يوقف الإسهال فورًا .
- ويعتبر أفضل علاج للإسهال هو شرب الماء بالعسل؛ لأنه يعوض فقد السوائل من الجسم، وينظف ويطهرِّ الجهاز الهضمي، ويا حبذا لو أضيف إليه عصير الليمون أو الجريب فروت .
- مغلي الشعير + الميرامية فهو يوقف الإسهال أيضا .
- نقيع التمر هندي مُحلًّى بالعسل .
- النانخة، أو الكمون الملوكي أو النخوة الهندى والتي تطحن وتسف، أو توضع في عجين الخبز فهي علاج للدوسنتاريا المسببة للإسهال .

الإعياء

يُنظر في سبب الإعياء؛ فإن كان سببه من أثر مجهود شاق، يستحسن عمل حمام بخار (ساونا)، ثم يشرب بعده عصير جزر أو ماء مُحلًّى بالعسل، أو يؤكل التمر المبلل بالماء، أو المنقوع في اللبن.

أما إذا كان الإعياء لأسباب مرضية فيعالج المرض قبل العرض. انظر الأمراض السابقة وطرق علاجها، وكذا الأمراض التي ستأتي بعد ذلك والتي تُسبب جميعها الإعياء .

– يتم كسر بصلة (دشها) وتكون بصلة طازجة ويتم تقريبها من أنف المريض – المغمى عليه – فيفيق في الحال.

– يوضع المريض في وضع المستلقي على ظهره ، وترفع قدماه إلى أعلى ، وبدون وسادة للرأس فيفيق قليلًا ، ثم يُعطى قليل من الماء المُحلَّى بالعسل أو السكر ، أو عصير فواكه تكون طازجة مع فك الأربطة مثل: «رباط العنق ، حزام الوسط ، والحذاء يتم خلعه».

– تجديد الهواء وذلك يكون بفتح فم المريض ووضع قطعة قماش بين أسنانه إذا كان الإغماء بسبب صرع حتى لا يعض لسانه، فإذا كان فمه مملوء ببقايا الطعام فحاول إخراجه حتى لا يبتلعه المريض فيسد مسالك الهواء حتى يفيق ، أو وصول المسعف ، أو الملاحظة الطبية

– وإذا كان الإغماء بسبب الجوع الشديد، أو العطش الشديد يرش قليلًا من الماء على الوجه، ثم تبلل الشفتين بقليل من الماء ، قليلًا بقليل ،ثم يشرب قليلًا بقليل ، ثم يُعطى عصير فواكه ، أو شوربة ساخنة ، فإذا اكتمل شفاؤه ووعيه يقدم إليه الطعام والشراب.

– وإذا كان الإغماء بسبب صدمة عصبية، أو نفسية فخير علاج لمثل هذا الإغماء هو إخراج المريض من تلك الحالة أولًا وفورًا ولو استُخدمت الحيلة والكذب في هذه الحالة فهو يجوز حتى يفيق ، ثم يُذَكَّر بقَدَرِ الله تعالى والإيمان به .

– أما إذا كان الإغماء بسبب غير عضوى، أو بسبب غير معروف ، أو بغير سبب أساسًا يؤذَّن في أذنه اليمنى أذان الصلاة ، ثم تقام الصلاة في أذنه اليسرى ، ثم تقرأ عليه الرقية الشرعية أثناء عمل الحجامة .

الحجامة : وتكون الحجامة رطبة على جوزة القمحدوة، وقد سبق عملها في باب الأسنان والأذن ، فإذا تكررت تلك الحالة ويئس الأطباء والمعالجون في مداواتها فعليهم عمل الآتي :

الكي :

فتكوى جوزة القمحدوة ، وأعلى نقطة بالرأس ، ويكون الكي برأس مسمار (عشرة سم) ثم يوضع مكان الكي ورق خروع، وبعدها يحتمي المريض من الطعام وذلك كالآتي :

الحمية :

وتكون على التلبينة وشوربة الخضار لمدة أربعين يومًا مع ملاحظة عدم القيام بالكي إلا من متخصص فيه أو مُدَرَّب عليه ، موفقًا لذلك ، والله تعالى هو الموفق والمستعان .

* * *

الأكزيما

وهو مرض جلدي منتشر ، وازداد انتشاره وبكثرة بعد انتشار المواد الكيماوية ، والمبيدات الحشرية ، والأسمدة الكيماوية ، والأدوية المركبة ، فانتشار المنظفات وتنافس شركاتها على إظهار فاعلية المساحيق في تنظيف الملابس والأطباق ، وكذلك السيراميك ، وشركات صناعة المبيدات الحشرية ، ومبيدات الفطريات عمل على زيادة الاحتكاك المباشر بين جميع طبقات المجتمع المدني و القروي على السواء بتلك المواد التي تُحدث أضرارًا بعيدة المدى وغير مباشرة، مما يجعل معرفة السبب المباشر لهذا المرض أمرًا صعبًا والدراسات الإحصائية والتحليلية أثبتت أن هذه الأمراض التي يشتكي منها معظم الناس في هذا الزمن على وجه التحديد لم تظهر إلا بعد انتشار هذه المواد الكيماوية (المسرطنة) يجدر الإشارة إلى سؤال مهم للرجل العادي وهو : لماذا لم تكن تلك الأمراض منتشرة قديمًا ؟

فسيكون الرد لا محالة: نظرًا للتطور الصناعي الذي ساد العالم أجمع واختلاف عادات التغذية، والترف المعيشي المتمثل في أجهزة التكييف، وأجهزة التبريد، والجلوس لساعات طويلة أمام التلفاز، وأجهزة الكمبيوتر والإنترنت . والأكزيما تحتاج في علاجها إلى حجب الجلد عن الرطوبة والماء لفترات طويلة ، ولذلك ينصح بدهان الأماكن المصابة بالفزلين الطبى ولكن بعد الدهان بعسل النحل، ويوجد أيضًا من ضمن علاجها مرهم مكون من شمع النحل وزيت الزيتون وقليل من القطران (مجرب للأكزيما).

* **الحجامة** : يتم عمل حجامة على أماكن الإصابة بالأكزيما، ويكون مكان عمل الحجامة على العضو المصاب بها، فليس لها مكان معين في علاجها، فهي غير الأمراض الأخرى والتي يخصص لها أماكن بعينها .

* زيت الترمس يدخل ضمن علاجها فهو مفيدٌ جدًّا لها ، (مجرب) .

* يتم سلق بذور الحلبة وحب الرشاد ثم تُصفى وتنزع الحبوب من الماء ويضاف إليها زيت الزيتون ثم توضع على نار هادئة مع الاستمرار في التقليب على النار حتى تصير متماسكة كالمرهم، ويتم دهن الأماكن المصابة، ويضمد عليها بضمادات تبدل كل خمس ساعات ـ ونسأل الله الشفاء والعافية .

الأرتيكاريا

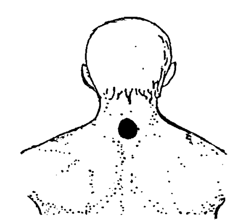
وهو مرض تحسسي ناتج عن لسع الحشرات، ويحدث تورمات في أجزاء مـن الجلـد، ويحمرُّ لونها، وتثير الاحتكاك (الهرش) وهذه الحالة لا تدوم أكثر من يومين أو ثلاث .

أما الحالات التي تزيد عن تلك المدة فغالبًا ما تكون ناتجة عن التحـسس لنـوع مـا في الغذاء؛ وهو المعروف لدينا بالحساسية ، كذلك التحسس لنوع من الدواء وهو الغالـب ، وهنا يجب إيقاف تناول ذلك الغذاء أو الدواء المـسبب لتلـك الحـساسية فـورًا مـع أخـذ المسهلات وشرب السوائل لإدرار البول .

ومن علاج هذا المرض أيضا :

- **الحجامة :**

وتكون الحجامة على منطقة الكاهل - وهي الفقرة العنقية السابعة - كما هو موضـح بالشكل:



- وكذلك يفيد في علاج الأرتيكاريا قشر القرع أو الخيار، ويتم وضعه على الأمـاكن المصابة ويبدل ثم يغسل بالماء البارد .

- كذلك بذور اللفت يتم سلقها بالماء ثم يشرب هذا الماء بعد تصفيته من البذور .

* * *

الالتهابات

وهى نوعان :

أحدهما: التهابات خارجية وعلاجها يكون كالآتي :

- الكمادات الموضعية الباردة وتكون بالزبادي مخلوطة بالعسل، أو الزبادي مع الخيار، أو شرائح الطماطم ، أو مهروس أوراق الكرنب (الملفوف). وهو يعد أنفع كمادات الالتهابات الموضعية والداخلية .

- دقيق الشعير معجون بالزبادي والعسل ثم يوضع كمادة على مكان الالتهاب .

وإذا كان الالتهاب ناتجًا عن إصابة كيماوية أو ماء ساخن يكمد بزلال البيض ثم بعسل النحل الصافي .

ثانيهما : التهابات داخلية وعلاجها كالآتي :

- إذا كان الالتهاب بالمعدة يعالج بالحمية ولا تكون إلا بالزبادي مع العسل ، والقرع العسلي مع اللبن .

- إذا كان الالتهاب بالرئة يعالج بالحمية أيضًا، وتكون بشرب مغلي زهر الخطمية وأوراقها محلاة بالعسل .

- كذلك يشرب مغلي حب الرشاد مُحَلًّى بالعسل .

- كذلك يشرب مستحلب الزنجبيل مُحَلًّى بالعسل .

- كذلك يؤكل الزبادي مخلوطًا بالعسل كل ثلاث ساعات، وأيضًا بشرب وأكل حساء الثوم والبصل والقرع ، ويكون أيضًا بدهن منطقة الصدر من الأمام والخلف بزيت زيتون دافيء مذاب فيه قليل من المصطكي.

* * *

الإمساك

والإمساك قد يكون عرضًا مؤقتًا ، وقد يكون مزمنًا فإذا كان عرضًا مؤقتًا لتناول نوع معين من الغذاء، أو حالة نفسية طارئة، وتحدث أحيانا لبعض المسافرين وعلاجها هو :

- شرب كمية من اللبن البارد أو الدافئ حسب رغبة المريض، أو شرب ملعقة زيت زيتون .

- أمَّا إذا كان مزمنًا فيجب على المريض الكشف على المرارة ووظائف الكبد ، فإذا كانا معافين يتم الكشف على القولون. أما الإمساك الناتج عن ضيق القناة المرارية أو انسدادها ، فإذا ما عولج هذا الأمر لانت الطبيعة بإذن الله وهنا ينصح بعمل الحجامة .

الحجامة :

وهنا تحجم منطقة المرارة وهي على الضلع الأخير الأيمن من الظهر كما هو مبين في الشكل الآتي :

- كما ينصح بتناول ملعقة زيت زيتون مضافًا إليها ٥ نقاط عصير ليمون كل ثلاث ساعات .

- عصير الجزر أو أكله مسلوقا كل ثلاث ساعات .

- كما يشرب مستحلب حصالبان مرتين يوميًا .

- كذلك أكل الهندباء طازجًا (الجلوان) مرتين يوميًا.

- كما يتم شرب مستحلب الحلبة مع أكل الحبوب المسلوقة يوميًا ومن الممكن تلافي آثار رائحتها بوضع قليل من عرق الحلاوة بها أثناء الغليان وهو يسمى بالجزيرة العربية "عود الحلبة ".

- أيضًا يشرب مستحلب السنامكي مرة واحد كل يوم.

- أيضا تؤكل الرجلة " البقلة المباركة " طازجة أو مطبوخة .

- كما تطبخ أوراق الخبيزة وتؤكل فهي نافعة جدًا لأمراض الكبد والمرارة .

- يتم وضع قربة ماء ساخنة على الجانب الأيمن من البطن لمدة خمس عشرة دقيقة كل ثلاث ساعات .

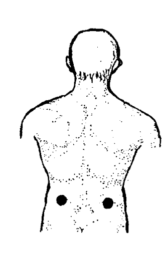
والله تعالى هو الشافي فاسألوه الدعاء واذكروه كما هداكم .

الأملاح

إذا ازدادت نسبة الأملاح في الجسم يكون تأثيرها الإحساس بحرقة أثناء التبول ، ثم انتفاخ أسفل جفون العين ، وخاصة عند القيام من النوم ثم يشعر المريض بآلام بالمفاصل وينتهي الأمر بآلام بمنطقة الكلى في أسفل الظهر والجانبين ..

وعلاج هذا النوع من المرض يكون كالآتي :

- **الحجامة :**



وهنا يتم عمل الحجامة على منطقة الخصر على جانبي العمود الفقري بأربعة أصابع على يد حجام ماهر متفوق على نفسه وعلى غيره في عمل الحجامة انظر الشكل الآتي :

- ومن علاج الأملاح أيضًا شرب مغلي الشعير مُحلًّى بالعسل على فترات متقاربة، شرب مغلي نبات الحلفابر على فترات متقاربة .

- وإذا كان المريض لا يشتكي من مرض السكر ينصح بشرب عصير القصب وبكثرة مبالغ فيها .

- يتم أكل براعم القصب (الزعزوعة) بكثرة فهى مفيدة لعلاج حصيات الكلى وإذابة الأملاح.

- يشرب مغلي حب الرشاد مُحلًّى بالعسل فهو نافع لالتهاب الكلى وإخراج الصديد والزلال والحصوات .

كما ينصح بعمل حمامات الساونا أو مغطس حمام ساخن يوميًّا مع استعمال كمادة دافئة عند الشعور بالمغص الكلوي .

- **زيتونة إسرائيل :**

ولها عدة أسماء منها : زيتونة إسرافيل ، حجر اليهودى، وهو نوع من الحجر يؤتى به من جبل الطور بسيناء.

طريقة استعمالها :

تُدقُّ الزيتونة [1] بالهون دقًّا ناعمًا ثم تضاف إلى عصير ثلاث ليمونات، وتشرب لمدة سبعة أيام كل يوم ملعقة واحدة على الريق، ثم يشرب بعدها كوب شعير مُحلًّى بالعسل بشرط ألا يكون هناك قرحة بالمعدة، فهذه تعد أسباب مُعينة على الشفاء، ولكن الشفاء دومًا وأبدًا من عند المولى ﷻ فادعوه يستجب لكم .

الانتفاخ

يكون الانتفاخ غالبًا بالبطن نتيجة الغذاء، والامتلاء، والعادات السيئة في الطبخ بكثرة، والأكل من المقليات والدهون، وشرب الماء أثناء الطعام، ويكون علاج هذا النوع بالإقلاع عن تلك العادات السيئة، وكذلك شرب مستحلب النعناع أو الزعتر أو الزنجبيل أو الميرامية والنانخة، كما يفضل عمل تحليل براز للتأكد من عدم وجود تكيس أميبي من عدمه؛ فإذا كان السبب هو التكيس أميبي يعالج فورًا بالطرق المجربة .

كذلك يتم عمل تحليل آخر بعد أسبوعين للتأكد من الشفاء .

وبذور النانخة مفيدة جدًّا إذا أخذت مسحوقة وتسف أو تؤخذ مسحوقة مع القسط البحري كمستحلب ساخن .

أما إذا كان السبب ديدان البطن فسوف نتعرض للحديث عن هذا في حرف الدال تحت عنوان ديدان .

* * *

(١) سميت الزيتونة لأنها بحجم نواة الزيتون وتشبهها في الشكل .

البَحَّة الصوتية

- إذا حدثت بحة الصوت نتيجة لرفع الصوت لمدة طويلة، فعلاجها يكون بشرب العرقسوس، ومضغ الكندر، والإكثار من شرب الأنيسون مُحَلًّى بالعسل ومص سكر النبات .

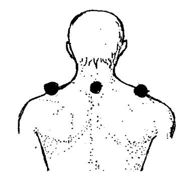
- أما إذا كانت بحة الصوت لسبب آخر غير ذلك السبب؛ فإنه على المريض أن يشرب الأنيسون مُحَلًّى بالعسل، وكذا أكل اللفت نيئًا، وطازجًا بكثرة .

- أكل الملفوف " الكرنب " نيئًا .

- يشرب مغلي الشمر " المستحلب ".

- يتم عمل رفادات دافئة بمستحلب البابونج عن طريق فوطة مبللة وتوضع على الرقبة من الأمام.

- **الحجامة :**



يتم عمل حجامة على الكاهل والمنطقة بين الكتف والرقبة وعضلات الترابيس وتكون على يد حجام موفق.

وتكون الحجامة كما هو موضوح بالشكل :

- **حمام البخار :**

يتم عمل حمام بخار يوضع فيه زهر البابونج ويستنشق عن طريق الأنف والفم . ولا تنس الأدعية والأذكار .

* * *

البَرص والبُهاق

هما مرضان على أثرهما يتغير لون الجلد بصورة لافتة للنظر ، والبُهاق أخف حدة من البَرص إذ أن البُهاق يكون بتغير لون الجلد ولا يتعدى طبقة البشرة ، أما البَرص فإن تغير لون الجلد يتعدى البشرة حتى يصل إلى العضل وقد يصل إلى العظم .

وله في علاجه أكثر من طريقة نذكر منها ما يلي :

- يشرب السكنجبين[1] مرتين يوميًّا .
- يتم دهن الموضع الذي فيه المرض بزيت الترمس مرتين يوميًّا .
- يدق البورق[2] ويذاب في خل عسل ، أو خل تفاح من الليل حتى الصباح، ثم يؤخذ منه ملعقة صغيرة، وتذاب في كوب ماء مُحلًّى بالعسل وتدهن به أماكن الإصابة مرتين يوميًّا ، مع التعرض لأشعة الشمس فوق البنفسجية (مع الشروق والغروب) .
- تسحق بذور رجل الغراب وتنقع في خل عسل، أو خل تفاح من الليل حتى الصباح، ثم يؤخذ منها ملعقة صغيرة، وتذاب في كوب ماء مُحلًّى بالعسل، وتشرب على الريق، ثم يُعرَّض الجلد لأشعة الشمس فوق البنفسجية سواء الطبيعية أو الصناعية ، وينتج عنه انتفاخ الأماكن المصابة كأنها أحرقت بماء حار ، فتدهن بعسل نحل وتكرر هذه العملية مرتين أسبوعيًّا حتى تمام الشفاء إن شاء الله. وداووا مرضاكم بالصدقة .

الحجامة :

- يتم عمل حجامة على الكاهل مرة كل شهر ولمدة خمسة أشهر (انظر حجامة الكاهل في البحة الصوتية) .
- يتم عمل حمام البخار ، أو التدثير الجاف بعد شرب مغلي الشعير والحلبة مرة واحدة يوميًّا .

---

(١) هو خليط من الماء والعسل والخل.

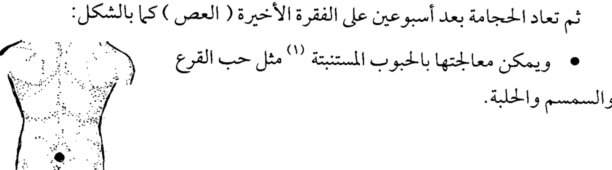
(٢) هو ملح النطرون .

– صيام أيام الاثنين ، والخميس ، والثلاثة أيام القمرية (البيضاء) والإفطار في تلك الأيام على كوب حليب + نصف ملعقة كركم + ملعقة عسل نحل ثم يتناول وجبته ويفضل أن تكون ذات مرق (شوربة شوفان ـ شوربة خضار ـ شوربة دجاج) ، ولا تنس أن الله تعالى هو الشافي . فاسأله أن يعافيك والمسلمين من كل داء .

البروستاتا

وأول علاج يجب أن تعالج به البروستاتا هو :

الحجامة :



فهي تعالج التهابات ، وتضخم البروستاتا وعمل الحجامة يكون على جانبي الفقرات القطنية .

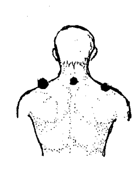
ثم تعاد الحجامة بعد أسبوعين على الفقرة الأخيرة (العص) كما بالشكل:

• ويمكن معالجتها بالحبوب المستنبتة [1] مثل حب القرع والسمسم والحلبة.

* * *

(١) المستنبتة : هي بلل الحبوب بالماء حتى تخرج منها بادرتها الخضراء .

البلعوم
(الحلق والحنجرة)



لالتهابات البلعوم وإصابتها الفطرية : يتم مضغ ورق الزيتون الأخضر ، يمص ماؤه ما عدا التفل فيطرح جانبًا . كذلك يمضغ ورق الحناء الأخضر مع النعناع ولا بأس من بلعه أي: إذا أكل لا ضرر منه ، ويؤكل قطاع شمعي بالعسل.

- يتم هرس الريحان الأخضر ويلبخ به من الخارج.

- **الحجامة** :

يتم عمل حجامة على الكاهل[1]. وعضلتي الترابيس كما هو بالشكل.

- وللقلاع الفطري يدق الزربيح[2]، ويدهن به اللثة واللسان مرة واحدة على الريق .

- يدهن ويشرب شراب التوت الشامي وخاصة للأطفال الرضع .

ولا تنسوا مداوات مرضاكم بالصدقات .

* * *

---

(١) سبق الإشارة إليه في الحجامة بسبب البرص والبهاق.

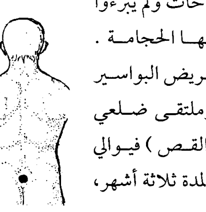
(٢) **الزربيح** : هو ما يعرف للعامة بفساء الكلاب.

البواسير

يعتبر السبب الرئيسي في إحداث هذا المرض هو الإمساك ، وليست البواسير وحدها هي التي تعاني من الإمساك بل إن الشرخ الشرجي يدخل معها في نفس القضية . فأول ما يجب على مريض البواسير ، أو الشرخ الشرجي هو مكافحة الإمساك والمداومة على المُليِّنات الطبيعية .

الحجامة :

أود أن أخبركم عن شيء مهم وبمنتهى الصدق والأمانة هو أنني عرفت كثيرًا من مرضى البواسير وأجروا جراحات ولم يبرءوا منها، والحمد لله قد أزالتها الحجامة . والمنطقة التي يحتجم عليها مريض البواسير هي الفقرة العصعصية ، وملتقى ضلعي الصدر من الأمام (عظمة القص) فيوالي الحجم عليها مرة كل شهر ولمدة ثلاثة أشهر، ثم المداومة عليها مرة كل عام .



(انظر الشكل).

وهي مفيدة أيضًا للناصور الشرجي والعصعصي ، بل إنها تعد أفضل علاج على التجربة والمشاهدة.

من علاجها أيضا ما يلي :

- المداومة على أكل الكرات .
- أكل بذور الحلبة المستنبتة .
- أكل البقلة [1] غضة طرية، فهي من أفضل أدوية البواسير .

---

(١) **البقلة المباركة :** هي الرجلة .

- الدهان بنخاع الألوة (الصبار البلدي) لعلاج البواسير والشرخ الشرجي معجونا بالحناء وقليل من عسل النحل .

- عمل حمام مقعدي ساخن مضافًا إليه مستحلب القرض [1] والشبة وقشر الرمان ، والعفص والمرمرية ، أو الميرامية .

ولمن ينسى أدعية الدخول والخروج من الخلاء نذكره بها، فإن أمراض الشرج والمسالك البولية زادت بنسيان تلك الأذكار .

فالحمد لله تزيد النعم وتبرئ السقم.

* * *

---

(١) القرض: هو بذور السنط .

أمراض البول

وهو أنواع : احتباس ، حرقان ، تقطير ، تبول لا إرادي .

أولًا: احتباس البول :

فإذا كان ناتجا عن حصاة بالحالب فاعمل بتلك الوصفة متوكلًا على الحي القيوم : عليك بملء براد شاي بعشب الحلفابر ، ويا حبذا لو كانت أعشاب الحلفابر خضراء ، ثم تملأ البراد بالماء، ثم يوضع على النار حتى يغلي ، ثم يُصفَّى جيدًا ، ثم يُحلَّى بعسل النحل ومقداره (كوبين من الماء + ثلاث ملاعق كبيرة عسل) ثم تشرب الكمية المقدرة سابقًا ، ثم تمشي مقدار واحد كيلو متر، ثم تشرب كوبين من عصير القصب ، ثم تمشي مقدار واحد كيلو متر فتشعر أنك بحاجة إلى التبول ، لا تتبول قبل أن تضع قربة ماء ساخن على منطقة أسفل البطن ، أو فوطة مبللة بالماء الساخن بعد عصرها حتى يتمدد الحالب ، ثم تتبول وستري عجبًا، فتحمد الله قائلًا: (الحمد لله الذي أذهب عني الأذي وعافاني) وتكرر ذلك بعد يومين مع المداومة التي لا غنى عنها على شرب ماء الشعير يوميًا حتى لا تتكون حصوات أخرى .

ثانيًا : الحرقان :

- إذا كان لدى المريض حرقة في البول ؛ فعليه أن يشرب مغلي الشعير مضافًا إليه حب الرشاد مرتين يوميًا . وكذلك تجرى له الحجامة.

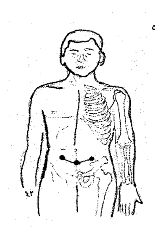
- الحجامة :

وتكون الحجامة أسفل الظهر على الكلى فهي مفيدة جدًا . (انظر الشكل).

ثالثًا : تقطير البول :

وذلك يكون سببه تضخم البروستاتا ، أو ضيق بالحالب ، أو بسبب ورم أو كيس بالمثانة ، فيجب أولًا التشخيص الدقيق لحالة المثانة ، فإذا كان بها ورم أو كيس دهن فالعلاج هنا جراحة تحت إشراف الطبيب ، مع شرب السكنجبين بكميات وعلى فترات متقاربة .

- **الحجامة :**



قبل العملية الجراحية وأثناء فترة التشخيص المخبري يتم عمل حجامة أسفل السرة بأربعة أصابع مرة كل أسبوع، مع التنحى يمينًا ويسارًا، ثم العودة للوسط كما هو واضح في الشكل.

- مع شرب مغلي الحبة السوداء ، وحب الرشاد مُحلًّى بالعسل .

- **الكي :**

من أفضل علاجات الأورام فتكون في مواضع الحجامة السابقة مع عمل حمية غذائية على الغذاء الرقيق والخفيف الخالي من البروتين، مع وضع ورق الخروع على أماكن الكلى وتبديلها كل خمس ساعات ، ولمدة أربعون يومًا ، وذلك عندما يعتذر الأطباء أو المريض عن الجراحة ، فآخر العلاج الكي . واسألوا الله الشفاء .

رابعًا : التبول اللاإرادي:

ولها عدة طرق في العلاج نبدأها بالعلاج الأمثل :

- **الحجامة :**

فيتم عمل حجامة عن يمين ويسار الفقرات القطنية مثلما هو واضح في الشكل:

- بعد عمل الحجامة يفضل وينصح بشرب كوب من اللبن المُحلًّى بالعسل قبل النوم، والتحذير من شرب الشاي ، أو أكل الرطب ، أو أكل العنب ، أو الموز قبل النوم بثلاث ساعات، مع تدفئة منطقة أسفل البطن بكمادة دافئة قبل النوم ، والعرض على الخلاء حتى ولو لم يكن لديه شعورًا بالتبول .

- **التدليك :**

يتم تدليك منطقة أسفل البطن والظهر بزيت السذب الدافئ ، أو زيت الزيتون ، أو زيت حبة البركة ، ويفضل أن تكون هذه الزيوت مجتمعة .

الرقية:

* يرقي المريض نفسه أو يرقيه غيره ممن يحسنون الرقية قبل نومه مع إيقاظه منتصف الليل ويعرض نفسه على الخلاء .

* يفيد أكل الفستق والفول السوداني في تقوية عضلة المثانة مع شرب الماء بعد إذابة قطعة من الخميرة البيرة فيه ، أو أكلها بدون ماء .

* يفضل أيضًا مشروب الزنجبيل مُحلًّى بالعسل وهو نافع جدًّا في منع عملية التبول الليلي .

التُّخَمَة [1]

- ولعلاج التخمة يشرب الزنجبيل على دفعات صغيرة متقاربة مع وجوب مضغ الطعام ، وعدم شرب الماء على الطعام ، ولا يتم إدخال طعام على طعام ، وإياك إياك من تناول المياة الغازية أو الحبوب أو الأدوية الفوارة ، وابتعد كل البعد عن الدهنيات والمقليات ، فالوقاية خير من العلاج .

* * *

(١) التخمة: عسر الهضم .

التسمم

والتسمم إما أن يكون تسممًا غذائيًا ، أو عن طريق مادة سامة ؛ فإذا كان تسممًا غذائيًا فإن أول ما يسعف به المريض هو إعطاؤه مقيئًا مثل البيض النيء ، أو ماء بالملح ، أو يضع إصبعه في حلقه حتى يتقيأ، فإذا تقيأ يتناول حلبة مسلوقة ، ثم يحقن بحقنة شرجية، ثم عرضه على الرعاية الطبية اللازمة .

أما إذا كان التسمم بسبب مادة سامة مثل الزرنيخ ، أو سم الفئران ، أو أقراص دوائية فإنه يعامل معاملة المريض المتسمم بالغذاء أي بنفس طريقة إسعافه مع استدعاء الطبيب في أسرع وقت للتعامل مع المادة المسمِّمة .

وإذا كان التسمم بسبب أخذ مادة كاوية مثل البوتاس أو الكيروسين أو الكلور ففي هذه الحالة لا يتقيأ حتى لا تكوي هذه المواد الحلق والحنجرة والبلعوم ، ولكن يتناول الحليب بكميات كبيرة مع الحقن الشرجي ، وبعد ذهاب الأذى يعطى مسلوق الحلبة والنعناع ، والرجلة ، وبذور اللفت وحب الرشاد ، يُكثر من أكل الشمام الأصفر ، الأناناس ، العنب ، الخيار ، اللبن الرايب .

وإذا كان التسمم بسبب العض أو اللدغ فإنه يشرط مكان اللدغ أو العض فورًا ويحجم عليه، فإذا لم يوجد حجام يتم إشعال ورقة صغيرة ثم وضعها في كوب ، ثم يضع فوهة الكوب على مكان العضة أو اللدغة بعد شرطها بموس جديد أو سكين، أو أي أداة يمكن أن يشرط بها وتكون متاحة ومتوفرة حتى ولو كانت قطعة زجاج لحين وصول رجال الإسعاف مع الحرص التام على تهدئة المريض حركيًا ونفسيًا .

ومن المهم معرفة الحيوان أو الحشرة المسببة لهذا التسمم وبخاصة الحيات والعقارب ، فلا بد من معرفة شكل الحية من حيث اللون والحجم والشكل حتى يعطى المتسمم المصل المضاد المناسب فربما كانت اللدغة من العقرب فهو إما أصفر وإما أسود ، وربما كانت من العنكبوت ، أو من أم أربعة وأربعين ، أو من ورل [1].

---

(١) وهو حيوان يصارع الحيات عضته غير سامة ولكنها مؤذية .

وهناك الحيوانات المسعورة مثل الكلاب، والسلعوة، والخيول، والحمير، وأحيانا الإبل .

– ولمكافحة أي نوع من أنواع التسمم يجب تناول شراب مغلي بذور اللفت (الشلجم).

– أو أكل نبات الهندباء البرية [1] ، أو أخذ عصير الكرنب الطازج .

يشرب كوب كامل من زيت الزيتون لكافة أنواع التسمم الغذائي وغيره أو التسمم الداخلي المتمثل في الغذاء ، والخارجي المتمثل في العض ، أو اللدغ ، أو الحيوانات المسعورة ، أو المواد الكاوية، أو النهش ، أو اللسع ، أو الطلق الناري ، أو ضرب السكين ، أو الزجاج ، أو المسمار ..

التيفوئيد

– ولعلاجه يشرب مغلي الشعير على فترات متقاربة مُحلًى بالعسل .

– يؤكل الترنج بقشره ، وشحمه ، ولبه .

– يؤكل البصل مشويًّا وطازجًا .

– يُشرب اللبن الرائب ، والزبادي .

– يُشرب عصير الملفوف (الكرنب) .

– أيضا أكل اللفت نيئًا .

– شرب حساء الثوم والبصل .

– التدثير [2] :

يدثر المريض باللفافات الجافة حتى يعرق ، مع شرب مغلي الشعير مُحلًى بالعسل .

* * *

(١) الهندباء البرية : ما يعرف لدي العامة من الناس بالجلوان .

(٢) التدثير: هو الغطاء ، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ﴾ أي: الملفوف بالغطاء وهي من دثر يدثر تدثيرًا.

الثآليل

الثؤلول [1] : هو زوائد جلدية صلبة ، تسبب إيذاء نفسيًا وحسيًا ولا يعرف له سبب حتى الآن، ومن الأدوية التي يعالج بها :

روح الخل : ويتم وضعها على الثؤلول بحرص لا يتعدي الثؤلول نفسه وذلك عدة مرات حتى يزول بإذن الله تعالى .

– يتم حك الثؤلول بورق الرجلة عدة مرات بحيث يزول .

– وأيضا يتم عصر جريد النخل بمعصرة القصب، وأخذ ناتج العصير ووضعه في قارورة ثم يقطر منه على الثؤلول حتى يزول .

كذلك المادة اللبنية التي تخرج عند نزع ورق التين والجميز يدهن بها على الثؤلول عدة مرات حتى يزول.

وقد سمعت أن بعض الناس يقرأ آيات من القرآن الكريم على سبع حبات من الفول ثم يزرعها في أرض ، أو يرميها في الماء ويقولون: إن هذه الطريقة تقوم بذهاب السنط وإزالته. ولكننا نقول ونؤكد: أن هذه الطريقة لا نعرف لها أي أساس ديني يثبت صحتها ، أو عمل بها أحد من الصالحين التابعين ومن قبلهم الصحابة ـ رضوان الله عليهم أجمعين – مما يعد بدعة قد تكون من عمل الشيطان ، فالشخص هنا يرقي حبات الفول ولا يرقي الشخص المصاب .

كما سمعنا أيضا أن بعض الناس يقرأ " ألم تر إلى الذين خرجوا من ديارهم وهم ألوف حذر الموت فقال لهم الله موتوا موتوا موتوا .." قانعين بأن ذلك يذهب السنط بإذن الله .

ولكنني رددت عليهم مؤكدًا لهم بأن الآية الكريمة التي ذكروها لم تكن كذلك فإن الله سبحانه وتعالى قال: " فقال لهم الله موتوا ثم أحياهم .." فيقولون: إذا قلت: ثم

---

(١) **الثؤلول**: هو ما يعرف لدي العامة بالسنط .

أحياهم. فإن الثؤلول يذهب ويعود ، فقلت لهم يذهب ويعود بغير إثم ولا تصحيف ولا تحريف في كلمات الله ، ولا تلاعب بآيات القرآن أفضل من أن تذهب كل أسقامنا بالعمل بقول شيطاني : " موتوا موتوا .. يا كوتوموتوا " ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِۦ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ ﴿١٠٢﴾﴾ [آل عمران].

– ومن أفضل ما رأيت وجربته بنفسي ، وعلى نفسي ، إزالته بأشعة الشمس وكيفيته كالآتي :

جمع أشعة الشمس بالعدسة المحدبة بعد الظهر مباشرة والشمس في كبد السماء على الثؤلول حتى يحترق ويحدث فرقعة، فيذهب دون أثر ولا رجعة له بفضل الله تعالى، ولكن هذه الطريقة تحتاج إلى صبر من المريض وحرفة من المعالج .

الثفن [1]

– وطريقة القضاء على هذا الداء تكون بنقع البروبليس[2] في قليل من الكحول أو الخل ثم يدهن الثفن ، ويضمد عليه حتى ينزع بجذره في اليوم التالي .

– وكذلك الصبار : فيوجد نوع من الصبار يطلق عليه صبار مكرونة إذا قطع منه سلامية قطر (مادة لبنية) ، يدهن بها الثفن عدة مرات حتى يذهب ويزول .

– يدهن بالفازلين الطبي مرارًا وتكرارًا حتى يصير الثفن طريًّا ويزال باليد .

الثعلبة

لم أر لها علاجًا مجربًا أفضل من الحجامة ، ولا نقول غير ذلك ، وتكون الحجامة على موضع الإصابة مباشرة .

* * *

(١) **الثفن**: هو الكالو .

(٢) **البروبليس**: هو غراء النحل .

الجرب

أفضل شيء لعلاج مثل هذا النوع من المرض هو الدهان بالقطران أو زيت الترمس والذي يعد ذا منفعة عظيمة بالنسبة للجرب.

كذلك تطحن الحبة السوداء ، وتنقع في خل ثم يضمد بها على الجرب .

– كذلك يشرب السكنجبين ، وتؤكل الرجلة ويدلك بها موضع الجرب .

كذلك كبريت العمود ، يطحن حتى يصير ناعمًا ويعجن بعسل النحل ويدهن به موضع الجرب .

– **الحجامة :**

يتم عمل حجامة على الكاهل للأمراض الجلدية وقد سبق بيان كيفية عملها على الكاهل في أمراض سابقة.

– إن أفضل دواء للجروح هو التضميد بعسل النحل لما فيه من خواص تساعد على تنقية الجروح والقروح والتئامها .

– وكذلك فإن رماد ورق البردي له فائدة عظيمة في وقف النزف فيوضع ويذر على الجرح النازف فيوقف النزف ، والحناء أيضا عندما تخلط مع المسك الأبيض وقليل من الشبة – وخاصة الشبة البوتاسي- ويدق الجميع ويذر على الجرح النازف فيوقف النزف، وكذلك يساعد على التئام الجروح .

– عود الكست ذرورًا [1] يوقف النزف ويساعد على التئام الجرح ولا يكون له أثر .

* * *

---

(١) ذرورا : أي بودرة تذر على الجرح .

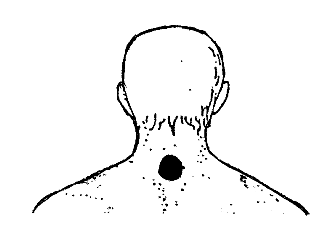
الجلد

المقصود هنا بعلاج الجلد هو رونقه وجماله وتطريته ، أما أمراضه فقد تعرضنا فيما سبق لبعض منها، وسنتعرض للبعض الآخر في الصفحات التالية ـ إن شاء الله تعالى .

- تشققات الرجلين وخاصة الكعبين ينصح بدهان الفزلين الطبي .
- وكذلك الحناء فلها من الفوائد مالا يحصى لليدين والقدمين وفروة الرأس .
- أما بالنسبة للوجه والرقبة لتطريتها فخير علاج لذلك هو عمل قناع الزبادي بالعسل ممزوجا بالخيار مع ضربه في الخلاط .
- وأفضل دهان للجلد على وجه العموم هو زيت الزيتون .
- كذلك حمام البخار وسيلة نافعة جدًّا للجلد ويساعد على فتح مسام الجلد بطريقة جيدة .

الحجامة :

يتم عمل حجامة على الكاهل مرة كل عام وهي تنفع في جميع مشاكل الجلد وهي كما هو موضح بالشكل:



* * *

الجمرة

وهي مجموعة دمامل متجمعة في منطقة صغيرة محددة من الجلد وغالبًا مـا تكـون في أعلى منطقة الكاهل (القفا) أو مؤخرة الرأس .

وأفضل علاج هو :

الحجامة :

فيتم عمل الحجامة على الجمرة، ستتفرغ مادتها وتـستريح من عنائها كما هو في الشكل:

وبعد الحجامة توضع عليها عجينة مكونة من :

حناء + صبر + عسل ومقاديرها كالآتي :

١٠٠ جرام حناء ، ١٠ جرام صبر ، ثلاث ملاعق عسل نحل تعجن المقادير وتوضع كمية كافية على الجمرة ويتم تبديلها كل خمس ساعات ، والله وحده هو الشافي .

* * *

الجيوب الأنفية

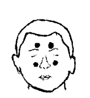
إن لالتهابات الجيوب الأنفية أعراضًا مزعجة منها: الصداع الشديد في مقدمة الرأس والعينين ، والرشح ، وزيادة السائل المخاطي ، مع الرائحة الكريهة .

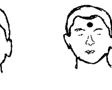
كما يسبب مغصًا شديدًا عند استيقاظ المريض من نومه مع كثرة التنخم والبصق ؛ مما يؤدي إلى الإيذاء النفسي ، والوقوع في كثير من المواقف المحرجة، ناهيك عن صعوبة التنفس، وكذلك تعد من أسباب الشخير أثناء النوم .

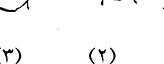
ولتفادى كل هذه الأعراض المزعجة لا بد من علاج هذه الجيوب الأنفية المسببة لها ومن طرق هذا العلاج:

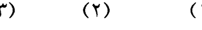
الحجامة :

فهي خير علاج للالتهابات المسبَّة عن الجيوب الأنفية أو حساسيَّتها، وتكون حجامتها على ثلاث مراحل اثنان منها قد تكفيان :









(٣) (٢) (١)

الأولى : حجامة الأخدعين والكاهل . كما في شكل رقم (١) :

الثانية : حجامة الهامة؛ وهي موضع السجود، كما في شكل رقم (٢) :

الثالثة : حجامة فوق الحاجبين ، وأعلى الوجنتين، كما في شكل رقم (٣):

كذلك فإن حمام البخار نافع جدًّا ويكون باستنشاق بخار زهر البابونج .

- وكذلك تقطير العسل في فتحتي الأنف عند النوم ، واليقظة من النوم ، أو الاستنشاق بالماء والعسل .

وأيضًا: مضغ الشمع بالعسل فهو مفيد جدًّا للحساسية والتهاب الجيوب الأنفية، - السعوط ، أو النشوق .

فيستنشق بودرة عود الكست (القسط البحري ، الهندي) وهي من أفضل العلاجات؛ فهذا الاستنشاق يعمل على استثارة الجيوب الأنفية، مما يؤدي إلى خروج فضلاتها وانفتاح سدد الأنف مما يحدث استفراغ المادة الرديئة، فيحدث الشفاء بإذن الله .

يتم الاستنشاق بنصف ملعقة بيكربونات صوديوم + نصف كوب من الماء الدافئ قبل النوم .

– يؤكل اللفت الغض الطازج صباحًا فينفى أثر الصديد من الحلق والمعدة ، مع شرب مستحلب الزنجبيل دائمًا ومرارًا وتكرارًا ويستنشق بخاره أثناء غليه على النار .

– شم زهور الياسمين نافع لآثار التهاب الجيوب .

– شم أوراق وزهور البردقوش نافع جدًّا للزكام .

– يؤكل لب الجريب فروت ممزوجًا بالعسل ويشرب عصيره .

– يؤكل الترنج بقشره وشحمه ولبه فهو نافع جدًّا لكل أمراض الجهاز التنفسي . واسألوا الله من فضله .

* * *

حب الشباب

هي حبوب دهنية تظهر على الجلد ، وخاصة جلد الوجه ، وتزداد في مرحلة المراهقة نظرًا لتغيُّر إفراز الهرمونات عن مرحلة ما قبل البلوغ، وللحماية والعلاج من حب الشباب يجب الإقلال من المواد الدهنية وبخاصة الفول السوداني ، واللب وجميع أنواع التسالي ، وكذلك الشيبسي والمقرمشات والمياه الغازية والأطعمة الحريفة، والإكثار من الفواكه الطازجة ، والخضار الطازج والسلاطات .

وممنوع منعًا باتًّا العبث بتلك الحبوب حتى لا تترك أثرًا .

وإليكم هذه الوصفة البسيطة :

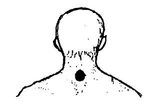
- (١) كوب دقيق ترمس مر .
- نصف ملعقة بذر قطونا .
- نصف ملعقة حب الرشاد .
- واحد كوب ماء .
- واحد ملعقة عسل نحل .

طريقة عملها :

يتم غلي البذور سواء بذر قطونا وحب الرشاد في كوب ماء ثم يصفَّى ويُحلَّى بملعقة عسل النحل ويشرب نصف الكوب وبالنصف الآخر يعجن كوب دقيق الترمس ، ثم يتم عمل قناع بتلك العجينة على الوجه ويترك لمدة عشرين دقيقة ، وبعد ذلك يتم إزالة القناع بالماء الدافئ مع عصير نصف ليمونة ، ويجب تكرار هذه الطريقة مرتين أسبوعيا .

- **الحجامة :**

يتم عمل حجامة الكاهل مرة كل ثلاثة شهور وعملها كما هو موضح في الشكل :



- **حمام البخار :** حمام بخار زهر البابونج على منطقة الوجه .

- وعمل حمام الساونا للجسم كله .

الحرارة

خير طريقة لعلاج ارتفاع درجة الحرارة هي الحمام البارد المعتدل؛ فهـو يـساعد عـلى تخفيف الحرارة .

- أيضا يضرب اللبن الزبادي مع الخيار بالخلاط ، ثم يشرب لتخفيف حرارة الجوف بشرط أن يكون بغير تحلية . كذلك يشرب الماء البارد مُحلًّى بالعسل لرفع ضرر الحرارة .

- شرب مغلي الشعير ، ومسلوق الكمثري لعلاج الحمى .

- يشرب الليمون بالماء البارد مُحلًّى بالعسل .

الحروق

إن أول إسعاف للحروق يكون بدهن الأماكن المصابة بعسل النحل ، فـإن لم يوجـد عسل النحل فبزلال البيض . أما إذا كانت الحروق بـسبب مـادة كيماويـة كـسائل حمـض الكبريتيك مثلًا ، أو المياه المغلية ؛ فإن أسرع علاج له هو صـب المـاء البـارد عـلى أمـاكن الإصابة حتى يشعر المصاب بالبرودة ، وأيضًا فإن ذلك يخفف أثر المادة المحرقـة أيـا كـان نوعها ؛ وكذلك حتى لا يصاب المريض بصدمة عصبية ، ثم يدهن أماكن الإصابة بعسل نحل صافي ، أو زلال بيض، ثم يتم تجفيفه بالشاش الطبي ، ويـتم تغيـيره وتبديلـه عـدة مرات يوميًّا ، فإذا حدث انتفاخ في الجلد يجب إزالة هذا الجلـد المنـتفخ بـالقص، ويـدهن مكانه بعسل النحل مع شرب المريض لكميات كبـيرة مـن المـاء المُحـلَّى بالعـسل ، وكـذا عصير العنب ، ونقيع التمر .

وينصح بعمل خليط مكون من : واحد كيلو عـسل نحـل + مائـة جـرام مـن زيـت الزيتون + عشرة جرامات من زيت كبد الحوت + شاش طبي ، ثم يدهن أو يبلل الشاش بهذا الخليط، ثم يتم تغطية مكان الإصابة به، ثم يبـدل كـل ثـلاث سـاعات ، أعاذنـا الله وإياكم من النار ومن عذاب النار . اللهم آمين يارب العالمين .

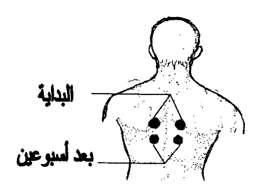
الحساسية

إن أفضل وسيلة وأول علاج للحساسية هو إزالة مسبِّبات الحساسية ، فإذا كانت الحساسية لنوع من الطعام يجب فورًا الإقلاع عن تناول هذا الطعام المسبب لها حتى ولو كان دواء .

– فإذا كانت حساسية صدرية، أو أنفية فإن أول ما يجب على مريض هذا النوع هو الابتعاد عن الدخان والغبار .

– وإذا كانت حساسية موسمية فربما تكون من نوع من حبوب اللقاح مثل حبوب لقاح الكافور، أو النخيل، أو البرسيم فيجب الابتعاد عن تلك المناطق الموجود بها مثل شاطئ البحر أو أي حديقة عامة ليس بها زهور مسببة للحساسية ، فيجلس المريض ويتنفس بعمق بصورة رياضية؛ فيأخذ نفسًا عميقًا عن طريق الأنف والفم بطريقة شهيق طويل، ثم زفير طويل ويستحب ذلك في فترة الشروق والغروب أي لحظة نقاء الجو وصفائه .

– **الحجامة** :



يتم عمل حجامة على جانبي الفقرة الثانية عشرة كما في الشكل :

وبعد أسبوعين يتم عمل الحجامة على جانبي الفقرة الرابعة عشرة كالآتي :

وبعد أسبوعين تعاد الحجامة على الفقرة الثانية عشرة مرة أخرى .

وهكذا لمدة شهرين متتاليين مع شرب مستحلب البردقوش المُحلَّى بالعسل مع شرب مغلي النعناع ، ومنقوع الكندر [1] ومنقوع زهر الخطمية مُحلًّى بالعسل ، وكذا منقوع زهر الريحان المُحلَّى بالعسل .

واسألوا الله من فضله .

---

(١) **الكندر**: هو اللبان الذكر .

الحصوة

تتكون الحصوات بالمرارة ، والكلى ، والمثانة ، والحالب ، وحصوات المثانة والحالب كانت في الأصل بالكلى .

والحصوات الصغيرة هي التي عادة ماتحدث ألمًا شديدًا ، أما الحصوات ذات الحجم الكبير فلا تحدث ألمًا عند تحركها داخل البدن وذلك بسبب المجهود الكبير ، أو ممارسة الرياضة .

وقد تقدم الطب كثيرًا في علاج الحصوات عن طريق التفتيت، ولكن هذا التفتيت شظيات تلتصق بجدار الكلى فتلهبها ، وتحدث ورمًا لا تحمد عقباه، لذا فإن أفضل تدخل طبي هو التدخل الجراحي بفتح الكلى واستخراج الحصاة ، وأصعب ما في ذلك هو فترة النقاهة والتئام الجرح .

- الحجامة :

يلزم عمل حجامة على المنطقة الخاصة بالحصوة، وهذه الحجامة لا تعمل على استخراج الحصوة؛ وإنما تعمل على تقوية تلك المنطقة حتى تتحمل العلاج .

- وإذا كانت المعدة قوية وليس بها قرحة فيبادر المريض بعلاج نفسه بأخذ زيتونة إسرائيل (حجر اليهودى).

كيفية استعمالها :

تدق زيتونة واحدة بالهون حتى تصير كالبودرة، ثم تضاف إلى عصير ثلاث ليمونات، فمع إضافتها لليمون تحدث فورانًا فيتم شربها أثناء الفوران ، ويكون ذلك على معدة خاوية إلا من ملعقة عسل نحل . ويكرر ذلك ولمدة سبعة أيام وسترى لذلك عجبًا فأحمد الله عليه .

أما إذا كان بالمعدة قرحة ، أوبالإثنى عشر فيمنع منعًا باتًا أخذ زيتونة إسرائيل لتفادي أشياء نحن في غنى عنها .

نصائح طبية لعلاج الحصوة :

- يشرب مغلي الشعير بانتظام وعلى الدوام حتى بعد ذهاب الحصوة .

- يشرب الحلفابر + حصالبان (روزميري) لحصوة الكلى والمرارة .

- يشرب عصير القصب بانتظام وذلك لغير مرضى السكر .

- تؤكل براعم القصب (الزعازيع) .

- يدق نوى التمر ويسلق في الماء ويصفَّى ويشرب ماؤه مُحلًّى بعسل النحل الصافي .

- شوك جريد النخل يسلق في الماء ويشرب .

- شواشي الذرة يتم جمعها ثم غليها في الماء، ثم يشرب هذا الماء وذلك له فائدة عظيمة للحصوات وأملاح الكلى .

- يشرب مغلي حب الرشاد لأملاح وصديد الكلى .

- يشرب مغلي بذر الخلة لحصوة الكلى ، ثم وضع قربة ماء ساخن على منطقتي المثانة والحالب حتى يتمدد الحالب فلا تجرحه الحصوة أثناء نزولها .

- طريقة أخرى ، مفيدة جدًّا لإنزال الحصوات :

فنجان زيت زيتون + ملعقة عسل نحل + عصير ليمونة .

وتُشرب على الريق ثم يشرب بعدها - بحوالي ساعة تقريبًا - كوبين من عصير القصب ، ثم يمشي المريض حوالي كيلومتر تقريبًا، ثم يضع قربة ماء ساخن على الحالب قبل أن يتبول، فتنزل الحصوة مع البول بدون جرح الحالب .

- أما بالنسبة لحصوة المرارة ؛ فإن مريضها يصوم عن كل شيء ما عدا شرب العصير ، وماء الشعير ، فيشرب كل ثلاث ساعات فنجان زيت زيتون + نصف ليمونة بعد عصرها وذلك خمس مرات يوميًّا. ثم يضع قربة ماء ساخن على أعلى جانب البطن الأيمن . وبإذن الله سوف تكون في غنى تام عن سؤالك عن حصى المرارة .

واسألوا الله الشافي المعافي أن يعافينا وإياكم من كل سقم وغيره .

* * *

الحمرة

والحمرة مرض ينتج عن تفجر أوعية دموية إثر الدوالي أو الجلطة؛ فيتجمع الدم تحت الجلد ، ويظل يتجمع ولا تصريف له حتى يحدث قرحة في الجلد ليتخلص من محبسه ، وعندها لا تلتئم تلك القرحة إلا بصعوبة بالغة، وخاصة لو كان المريض يعاني من مرض زيادة السكر بالدم، وعلاجه كالآتي :

- إذا كانت الحمرة حديثة؛ فأول ما يعالج به هو الحجامة في بؤرة الحمرة، وسيتم الشفاء بعد جلستين على الأكثر ،ثم يتم عمل الحجامة على المكان الذي توجد فيه الحمرة سواء في القدمين أو الفخذين وهكذا .

- أما إذا كانت الحمرة قديمة وأدت إلى تلوين الجلد باللون البنفسجي أو الأسود وحدثت القرحة فإنه من الواجب أن يضمد مكان القرحة بعسل نحل نقي، وتبدل الضمادة كل ثلاث ساعات ولمدة أسبوع، وبعدها يتم عمل عجين مكون من الحناء والعسل وقليل من الصبر المر وتضمد القرحة، ويتم تبديل الضمادة مرتين يوميًّا ولمدة أسبوع .

بعد ذلك تخضب القدم الحمراء كلها بالحناء ثلاث مرات في الأسبوع، بعدها تُجرى الحجامة على مكان الحمرة، وتكرر كل أسبوعين حتى يتم الشفاء . والله تعالى هو صاحب الشفاء .

❊ ❊ ❊

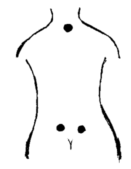
الحيض

وله عدة أمراض : آلام الحيض ـ غزارة الحيض ـ عدم انتظام الحيض.

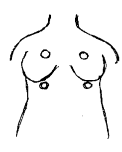
فعدم انتظام الحيض يتم إجراء حجامة له على جانبي الفقرات القطنية كما هو موضح بالشكل:

يشرب منقوع زهور البابونج لآلام الحيض ، ويشرب مغلي بذور البقدونس وعصير أوراقه الخضراء لآلام الحيض .

ولغزارة الحيض تُجرى حجامات جافة أعلى الثديين وتحتهما وعلى جانبي الفقرات القطنية والكاهل كما في الشكلين:



حجامة رطبة



حجامة جافة

- ولإدرار الحيض : يشرب مغلي الحبهان مُحلًى بالعسل .
- يشرب مغلي بذور الحلبة مُحلًى بالعسل .
- يشرب مغلي القرفة مُحلًى بالعسل .
- يتم وضع قربة ماء ساخن على البطن والظهر للإدرار والتنظيم .

* * *

الخراج

وهو إما خراج خارجي ، وإما داخلي .

- فإذا كان الخراج خارجيًّا يتم عمل ما يسمَّى (باللبخة) مكونة من مطحـون الحلبـة ثم تعجن بالعسل وتوضع على الخراج الخارجي ، كذلك يمكن عمـل لبخـة مكونـة مـن دقيق الشعير المعجون بالعسل .

- كذلك يكمد عليه بمطحون حب الرشاد .

- وإذا تحمل المريض وضع كاسات الحجامة عليه فإن عمل الحجامة له أفضل .

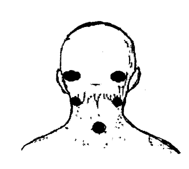
أما إذا كان الخراج داخليًّا فإن خير وسيلة لاستخراج هذه المادة الرديئة هي الحجامة؛ فهي تجذبه من عمق البدن إلى خارجه ، وتُجرى حجامات جافة عليه كل خمس سـاعات، وبعد يومين يتم إجراء حجامة على الخراج، ويتم الشفاء بإذن الله، وذلك مع شرب العسل ممزوجًا بالماء ، كما يشرب عصير الجرجير وعصير الملفـوف (الكرنـب) ويؤكـل اللفـت الطازج ، كما يشرب مغلي بذور اللفت فهي خير ما يواجه به السموم في البدن .

* * *

الاختناق

ومن أعراضه : احتقان الحلق أو تـضخم اللـوزتين ، ويكـون أحيانًـا مـن أعـراض الإنفلونزا وعلاجه كالآتي :

- **الحجامة:**



يتم عمل حجامة على منطقة الأخدعين والكاهـل . ويمكن عمل حجامة الأخدعين خلف الأذنين ، و تحت ذلك بنحو ثلاثة أصابع - أي على جانبي الرقبة - ويلـزم لعمل ذلك حجام محترف وموفق.

- كذلك يفضل أكل الجريب فروت للاختناق والإنفلونزا .

- كذلك يتم سلق ليمونة ثم تهرس ويضاف إليها فنجان عـسل + ملعقـة جلـسرين ويؤخذ من هذا الخليط ملعقة كل ساعة ، وأيضا مراعاة أكل اللفت الطازج كل صباح .

- ويأكل المريض الملفوف (الكرنب) طازجًا على مدار اليوم .

- وأيضا يشرب مغلي الزنجبيل المُحلَّى بالعسل الصافي .

- يفضل أيضا مضغ فص ثوم كل ثلاث ساعات ، مع شرب حساء الثـوم والبـصل مرتين يوميًا .

- كذلك يتم عمل غرغرة مكونة من نصف ملعقة من عرق الحـلاوة المطحـون، ثـم يغرغر به دافئًا كل ثلاث ساعات ، فترى له عجبًا في علاج اللوزتين المتضخمتين وكذلك الاختناق .

* * *

- فإذا كان نزيفًا فإن أفضل وسيلة لإيقاف هذا النزف هو تلك الخلطة المكونة من مسك أبيض + شب بوتاس + حناء، ويتم طحن الجميع ثم وضعه على الجرح، فيوقف النزف .

- وأيضا جيل الصبار الطازج له القدرة على وقف النزف .

- كذلك يحرق ورق البردي ويندر برماده على الجرح فيوقف النزف .

- يُطلَى الجرح بعسل النحل فيؤدي إلى وقف النزف، كذلك لعسل النحل فائدة أخرى هي طهارة الجرح ويساعد على التئامه، وكذا أوراق الرجلة عندما يفرك بها الجرح فإنها توقف النزف .

- أما إذا كانت جلطات دموية؛ فإن أفضل وسيلة علاجية لهذه الجلطات تلك الوصفة المكونة من ملعقة زيت سيرج [1] كل ثلاث ساعات ، وكذا شرب السكنجبين لإذابة الجلطة .

- ويؤكل الملفوف ويشرب عصيره ، ويؤكل مخللًا لإذابة الجلطات .

- ويؤكل الرمان ويشرب عصيره للجلطات . وكذلك البرتقال والليمون فهذه الأشياء تنقي الدم .

أما من ناحية نقاء الدم فإن أفضل ما ينقي الدم هو الحجامة، وتكون الحجامة على منطقة الكاهل كالشكل الآتي :

- كذلك أكل الجرجير ، وحب الرشاد مستنبتًا ، وشوربة الفول النابت ، وحبوب الحلبة المستنبتة لتنقية الدم من النيكوتين والآثار السلبية الناتجة عن التدخين .

- كذلك تشرب القرفة والزنجبيل لتنقية الدم وصفائه .

- أكل البصل مشويًا .

---

(١) السيرج: زيت السمسم .

- وكذا حمامات البخار - الساونا - لها فعل السحر في تنقية الدم .

- الدفن في الرمال الساخنة .

وهي طريقة قديمة ابتكرها الفراعنة، فهي تعمل على تنقية الدم وعلاج الأمراض الروماتيزمية ، ولكن يشترط فيها حتى تكون صحيحة وسليمة: الحمية الغذائية أثناء فترة الدفن في الرمال ، ويستحب أيضا أثناء فترة الدفن شرب مستحلب الحلبة، وأكل الفول النابت وحسائه، وشرب الماء بالعسل ، أي كل غذاء رقيق لا يحتاج إلى صعوبة في الهضم، ويستحب أكل العنب الطازج والفواكه الطازجة .

ويفضل أيضًا تمارين هوائية أي تمارين الشهيق والزفير بعمق شديد فهي تعمل على تنقية الدم .

* * *

المنطقة التي تتدلى فيها العروق، وتنتفخ بالدم ولا ترتوى بالدماء. (أي: لا يصلها الغذاء الكافي ولا يصلها الأكسجين فتضمر أعضاؤها). وكثيرًا ما تنفجر أطراف تلك الأوردة فتُحدث نزيفًا كما يحدث في دوالي المريء والقدمين ، فإذا حدث هذا النزيف بالمريء فإنه يعالج بالكي والربط جراحيًّا بالمنظار الجراحي ، وهو من أمراض هذا العصر . وما كان موجودًا في عصر الأقدمين ـ والحمد لله- لأن غذاءهم كان بسيطًا كدوائهم، وكانت حركاتهم أكثر ، ولذا فإن أمراض الدوالي عمومًا مرتبطة بالراحة والنزف والتسمم الدموى ، ودوالي المريء خصوصًا مرتبطة بمرض البلهارسيا .

أما دوالي الخصية والقدمين فناتجة عن الوقوف لساعات طويلة ولذا ترتبط بأعمال الواقفين لساعات طويلة مثل الحلاق ، والنجار ، ومزخرف الموبيليا (الأيمجي)، وحامل الأثقال، وهذا له عدة طرق علاجية نذكر منها ما يلي :

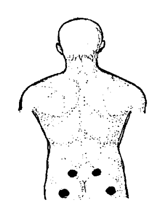
- حمامات البخار (الساونا) .

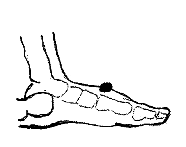
- السباحة .

- الحمامات المتعاقبة (أي صب الماء الحار ثم البارد مرارًا وتكرارًا وخاصة على دوالي القدمين).

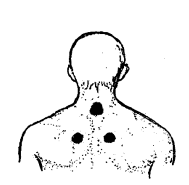
- **الحجامة :**

وتكون على القطنية والإليتين ، وظهر القدمين بالنسبة لدوالي القدمين كما في الشكلين.





الحجامة على الكاهل وأسفل الكاهل بأربعة أصابع على يمين ويسار العمود الفقري لدوالي المريء كما في الشكل .



- الحجامة بديدان العلق على الدوالي السطحية مباشرة .

- يفضل أيضًا شرب السكنجبين باستمرار .

- وأيضًا شرب مستحلب الزنجبيل .

- مع أكل الرمان الحامض ، وأكل الأشياء الحامضة عمومًا والإكثار من شرب اللبن الرايب .

واسألوا الله الشفاء ، فهو الشافي المعافي وما نحن إلا أسباب وفقنا الله وإياكم .

* * *

الدوخة أو الدوار

وهما عرض لأسباب عدة نذكر منها ما يلي :

- انخفاض ضغط الدم وعلاجه بأن يستلقي المريض على ظهره بحيث تكون قدماه أعلى من رأسه ، وعندما يسترد وعيه وتذهب دوخته يتناول مباشرة كوبًا من الماء مُحلًّى بالعسل .

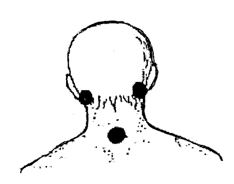
- وقد تكون بسبب فقر الدم (الأنيميا) ، فعلاجه أولًا يكون من الأنيميا، ونفس الأمر بالنسبة لطفيل الأميبا وديدان البطن، فعليه أولًا أن يعالج نفسه من السبب، ثم يُعطى مقويات للدم وأفضلها شرب العسل باللبن؛ وأكل الرطب والتمر والعنب والدبس والمولاس [1]، وكذلك أكل الفواكه الطازجة والخضروات الطازجة والحبوب الكاملة.

- وقد تكون الدوخة أو يكون الدوار بسبب ركوب السيارة أو ركوب البحر (الغثيان) ، وأفضل علاج لذلك عدم الأكل والاكتفاء بسكاكر النعناع والمنثول [2] .

- وقد تكون بسبب ضيق في الشريان الوداجى[3]، وللوقاية من ذلك يجب العمل بكل نصائح الوقاية السالفة الذكر وهي: الاعتدال في المأكل والمشرب والرياضة واستحباب الغسل والصوم والمشي ، وأخذ المسهلات مرة كل شهرين . وقلنا ونقول وسنقول " الوقاية خير من العلاج " .

- **الحجامة :**

فيتم عمل حجامة على الأخدعين والكاهل مرة كل عام على الأقل وقاية من أمراض الرأس جميعها كما هو موضح في الشكل :



(١) **المولاس والدبس** : دبس قصب السكر .

(٢) **المنثول** : هو زيت الكافور .

(٣) **الوداجي** : هو الشريان المغذي للرأس .

الديدان

- الدوام على اتخاذ الزعتر مع زيت الزيتون كإدام ينقي البطن من جميع الديدان .

- إن كل الديدان تحب اللبن ، وكل الديدان تكره الثوم ويميتها فإليكم تلك الوصفة للتخلص من جميع ديدان البطن :

يتم دق خمسة فصوص من الثوم، ثم غليها مع كوبين من اللبن ، ويكون المريض صائمًا (لا يتناول وجبتي العشاء والإفطار) ، ثم يتحرك يمينًا ويسارًا ويركع ويقف ويستلقي ويتقلب يمينًا ويسارًا حتى يدفعه أمر الخلاء دفعًا، فيدخل الخلاء وسيفرغ كل ما في بطنه .

وإذا كان يعيش مع أفراد آخرين فعليهم جميعًا فعل ذلك لاحتمال إصابتهم جميعًا .

- ثم يكرر هذا الأمر بعد ثلاثة أيام .

وهناك وصفة أخرى نافعة للديدان وهي :

- ينقع الحمص في الخل من المساء حتى الصباح ثم يؤكل ولا يؤكل غيره في ذلك اليوم فهو يستأصل شأفة الديدان .

- وعند تخليل الليمون يسلق الليمون فيشرب الماء الناتج عن السلق ويشرب على الريق دون تحليته فإنه يقتل الديدان .

- مغلي الشيح يعمل منه حقنة شرجية لإخراج الديدان ويكرر ذلك كل أربعة أيام مع شرب فنجان زيت زيتون قبل أخذ الحقنة الشرجية .

* * *

الدوسنتاريا الأميبية

- نانخة ، كمون ملوكى ، نخوة هنـدي (ثلاثـة مـسميات لـشيء واحـد) تطحـن ويؤخذ منها ملعقتين مع قليل من الملح مع ثلاث حبات بطاطس مسلوقة، ثم تؤكل عـلى الريق ولمدة سبعة أيام متواصلة مع شرب المغلي من الزعتر .

- تطحن جذورعرق الذهب وتسف بمقدار نصف ملعقة صغيرة قبل كل وجبة .

- أكل الهندباء وشرب عصيرها .

- أكل الجزر الطازج وشرب عصيره .

- أكل الملفوف وشرب عصيره ، ومخلله .

- أكل اللفت الطازج .

- كذلك تؤكل البشملة (الإيكيدنيا) طازجة على الريـق صـباحًا ولمـدة ثلاثـة أيـام للدوسنتاريا .

- أيضًا يؤكل الرمان بشحمه للدوسنتاريا .

- يؤكل الترنج بقشره وشحمه .

والله تعالى هو الشافي

* * *

الذاكرة

ضعف الذاكرة يعالج بالآتي :

- يمضغ الكندر ويشرب نقيعه لتقوية الذاكرة .

- يؤكل الزبيب والفستق .

- يشرب الزنجبيل بالعسل . ما عدا الحامل فتحظر من شربه .

- **الحجامة :**

يتم عمل حجامة على جوزة القمحدوة مؤخرة الرأس كما في الشكل:

- يتم استخدام زيت كبد الحوت بمقدار ثلاث نقاط يوميًا .

- يتم استخدام غذاء الملكات مخلوطًا بالعسل وهو أفضل مايوصف في مثل هذه الحالة .

- يؤكل الفول السوداني مع التمر والبيض المقلي بالزبد لتقوية الذاكرة والباءة وخاصة بيض السمان .

* * *

الذبحة الصدرية

وهي عبارة عن جلطة بالشريان التاجي ، ويعد هو السبب الرئيسي في حدوثها . والوقاية منها خير من العلاج ، وللوقاية من حدوثها يجب الابتعاد التام عن كل ما يسبب حدوثها ، وإذا حدثت فعلاجها يكون بتناول كل مذيبات الجلطة الطبيعية مع الراحة التامة ، والابتعاد عن الانفعالات ووقف التدخين تمامًا والحمية الغذائية بتناول حساء الحبوب المستنبتة والبصل المشوي وشوربة الأسماك بدون أي مادة حريفة .

الحجامة :

يتم عمل حجامة على الجانب الأيسر من الصدر أمامًا وفي الخلف أيضًا مع حجامة الكاهل والعصص كما في الشكل :

- يشرب مغلي البردقوش ، وزهر الريحان .
- يشرب عصير الجزر والجريب فروت .
- يؤكل التفاح طازجًا والسفرجل .
- يشرب مغلي اليانسون والشمر .
- الصوم على الحساء الدافئ والعصائر الطبيعية الطازجة بدون تحلية بالسكر ويكتفى بالعسل .
- التكميد الدافئ على الصدر مع المساج بزيت الكافور والنعناع .

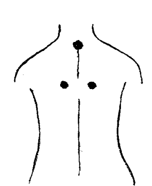
* * *

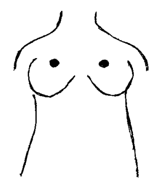
الرئة

- يعد لبن الزبادي هو أفضل علاج لكل المشاكل الرئوية بشرط أن يكون مخلوطًا بالعسل ، ومن الممكن عمل الحمية الغذائية للوقاية من المشاكل الرئوية وتكون أيضًا على لبن الزبادي والعسل بمعدل ربع كيلو يوميًا.

- وكذا سلطة الزبادي بالثوم .
- وأيضا حساء الثوم ، والبصل ، والكرفس .
- وحساء الفول النابت .
- شرب مغلي اليانسون المُحلَّى بالعسل .
- شرب الزنجبيل " يحظر على الحامل " .
- يشرب عصير الجزر ويؤكل مسلوقا .
- **الحجامة :**

الحجامة على الظهر والكاهل بالنسبة للرجل ، وأما المرأة فتكون أعلى الثديين والظهر أيضًا كما في الشكل :





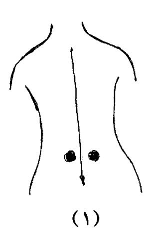
* * *

الرحم

للوقاية من مشكلات الرحم لابد من مزاولة كل الأعمال المنزلية ـ الدليل على ذلك هو أن نتذكر جداتنا وأمهاتنا عندما كنَّ يغسلن ، ويطبخن ، ويعجنَّ الدقيق لعمل الخبز وغيرها من الأعمال المنزلية اليومية - فكل هذه أعمال رياضية تجعل الرحم في وضعه الطبيعي .

والحذر الحذر من لبس الأحذية ذات الكعوب العالية ، والحض على الزواج المبكر ، وقد أكون مخالفا لسياسة عامة وهى منع الحمل ـ فأنا أعترض على استعمال موانع الحمل ، ولكنى لا أعترض على تنظيم النسل أو الحمل ، ولكن لوسائل منع الحمل آثار سلبية سيئة لا يختلف عليها اثنان .

فالحبوب تسبب السمنة واختلاف التنظيم الهرموني للغدد الصماء، واللولب النحاسي يسبب مشاكل جمة منها آلام الظهر وقد يحدث نزيف ، وقد يحدث الحمل مع وجود اللولب ناهيك عن تشوهات الأجنة فعودوا للطبيعة يرحمكم رب الأرحام .

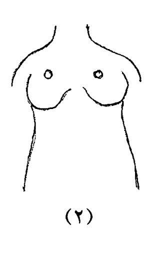


(١)

- **الحجامة :**

يتم عمل حجامة على جانبي القطن تنفع لضعف المبايض وتنشط المبيض كما في الشكل: (١)

يتم عمل الحجامة أيضا أعلى الثديين لوقف النزيف وتكون حجامة جافة كما في الشكل: (٢)



(٢)

- مغلي المرمرية يعمل منه حمام مقعدى أو دش مهبلي ، لتدفئة قناة المهبل والأعضاء الخارجية من الإفرازات الكريهة .

- المرمرية والعفص وقشر الرمان مطحونين يعمل منها تحميلة لوقف الزيف ، كذا دخان الطرفاء والحلتيت يوقف النزيف .

- وصفة أخرى :

يتم جمع سبع ورقات من ورق شجر السدر[1]، ثم تدق بين حجرين في وعاء به ماء ، ثم تضع المريضة يدها اليمنى - أو زوجها أو من يعرف الرقية - في الماء ، ويقرأ الرقية الشرعية ثافلًا في الماء وهو يتلو ، ثم تشرب منها وتغتسل بالباقي ، بشرط ألا يقع الماء في مكان نجس (الصرف الصحي مثلًا) أو في مكان يكون عرضة للسير فيه ، ثم تمسح أركان المنزل ، ومن الممكن تكرار ذلك مع تناول الأدوية الطبيعية من الأعشاب المنصوح بتناولها لمثل هذه الحالات مع إخلاص النية في الدعاء بتمام الشفاء .

* * *

---

(١) هو المعروف لدينا بالنبق .

الرجفة

الرجفة الشديدة والتي تُحدث تخبطًا بالأسنان يكون سببها البرد الشديد ، أو الحمى ، أو الشعور بالخوف ؛ فإذا كانت بسبب البرد الشديد : يدثر[1] المرتجف بالغطاء الثقيل - البطاطين مثلًا - مع شرب الزنجبيل ، والقرفة ، أو أي مشروب ساخن مُحلَّى بالعسل ، وكذا أكل التمر والفول السوداني ، وكذا أكل البطاطا المشوية مع التدفئة بأي وسيلة صحية ، وأفضلها قربة الماء الساخن ، أو كمادات المياه الساخنة . أما إذا كانت الرجفة بسبب الحمى، يتم شرب الماء البارد الممزوج بعسل النحل مع التدثير الجاف حتى يعرق الجسم . فإذا ذهبت الرجفة عولج المرتجف بالحمامات المناسبة لدرجة حرارته مع الغذاء الرقيق ويا حبذا لو كان الغذاء ما وصانا به المصطفى ﷺ وهو التلبينة، وكذا شوربة الخضار وحساء الثوم - والله تعالى الشافي .وإذا كانت الرجفة بسبب الخوف الشديد ؛ فإن العلاج لها من كتاب المولى ﷻ حيث قال تعالى : ﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ ٱللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾﴾ [الرعد] وكذا قراءة سورة قريش .واللهج بالدعاء وقول: حسبي الله ونعم الوكيل . ويقول الله ﷻ : ﴿ٱلَّذِينَ قَالَ لَهُمُ ٱلنَّاسُ إِنَّ ٱلنَّاسَ قَدْ جَمَعُوا۟ لَكُمْ فَٱخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَـٰنًا وَقَالُوا۟ حَسْبُنَا ٱللَّهُ وَنِعْمَ ٱلْوَكِيلُ ﴿١٧٣﴾ فَٱنقَلَبُوا۟ بِنِعْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوٓءٌ وَٱتَّبَعُوا۟ رِضْوَٰنَ ٱللَّهِ ۗ وَٱللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ ﴿١٧٤﴾﴾ [آل عمران] فتقرأ هذه الآيات مع تكرارها يذهب عنك هذا الخوف ، وتذكر يا من تروع مؤمنًا أنك ستقف بين يدي الله ، ولن تجد لك وليًا ولا نصيرًا ، واقرأ إن شئت قول المولى ﷻ : ﴿يَـٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُوا۟ رَبَّكُمْ ۚ إِنَّ زَلْزَلَةَ ٱلسَّاعَةِ شَىْءٌ عَظِيمٌ ﴿١﴾ يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّآ أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى ٱلنَّاسَ سُكَـٰرَىٰ وَمَا هُم بِسُكَـٰرَىٰ وَلَـٰكِنَّ عَذَابَ ٱللَّهِ شَدِيدٌ ﴿٢﴾﴾ [الحج].

واعلم أنت أيضا أيها المبتلى بالخوف أن تقوى الله تنجيك وتخرجك من خوفك يقول

(١) أي يغطى بغطاء ثقيل .

تعالى: ﴿ فَإِذَا بَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ فَارِقُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَأَشْهِدُوا ذَوَيْ عَدْلٍ مِّنكُمْ وَأَقِيمُوا الشَّهَادَةَ لِلَّهِ ذَٰلِكُمْ يُوعَظُ بِهِ مَن كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾ ﴾ [الطلاق] .

أما الرجفة بسبب غير ذلك وتكون في أطراف اليدين ، وخاصة عند الانفعال ، أو بعد المجهود الشاق فتكون بسبب ضعف في الأعصاب . ويكون علاجها كالآتي:

١- يشرب مغلي المرمرية المُحلَّى بالعسل.

٢- تشرب الخميرة بيرة المذابة في الماء بدون تحلية.

وتعتبر الخميرة بيرة أغنى الأغذية لاشتمالها على مجموعة فيتامين " B " المركب المفيد لتقوية الأعصاب .

٣- يؤتى بواحد كيلو عسل نحل ويضاف إليه عشرة جرامات من غذاء الملكات ثم يؤخذ من هذا الخليط ملعقتان يوميًا إحداهما صباحًا والأخرى مساءًا .

٤- يشرب مغلي إكيل الجبل[1] المُحلَّى بالعسل ، كذلك يتم غسل الرأس بماء قطر الحصالبان .

٥- يضاف مغلي الحصالبان إلى ماء المغطس الدافئ ، ويستلقي المريض مع حفظ درجة حرارة الحمام بحيث تستمر دافئة لمدة عشرين دقيقة تقريبًا ، وتكرر هذه العملية مرتين أسبوعيًا على أقل تقدير .

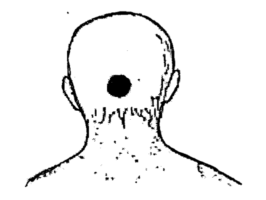
٦- عمل مساج على منطقة الظهر والأكتاف مع خلطة زيت زيتون + زيت كافور + زيت بردقوش ويكون مرة كل يومين .

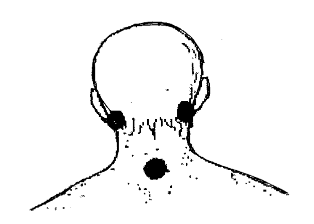
الحجامة :

وتكون الحجامة على منطقة الكاهل والأخدعين كل ستة أشهر ، وحجامة على جوزة القمحدوة مرة واحدة كل عام كما في الشكلين :

---

(١) إكليل الجبل ويسمى أيضًا روزميرى، وحصالبان.





* * *

الرمد

هو التهاب العينين وتورمهما عن طريق عدوى ميكروبية ، أو عن طريق الحساسية المسببة له ، عند حدوثه يمنع المريض من أكل السكريات ، والبروتينات ، وكل الأغذية المشتملة على مواد حارة . والأغذية ذات السعرات الحرارية العالية مثل اللحوم ، والأسماك ، والعنب ، والزبيب ، والتمر ، ويتم عمل كمادات من الماء البارد على العينين ، ويبلل قطن أو شاش بعسل نحل ويكمد به على العينين .

الكمأة : وهو نوع من الفطر ينبت في الأرض التي لا تطأها قدم ، والسيارات وغيرها وهو ينبت بعد هطول الأمطار الرعدية بعد موسم الوسم ، فإذا أمطرت أرض صحراوية في هذا الموسم خلال شهري أكتوبر ونوفمبر بعدها بحوالى خمسين يومًا يظهر فطر الكمأة ، ويفقع الأرض معلنًا عن وجوده، ومن هنا فإنه يسمى في أرض الجزيرة العربية " الفقع " وهو على عدة أنواع منها الأبيض الناصع ويسمى " زبيدى " ويسمى في مصر " ترفاس " ومنه أيضا نوع أحمر يشبه البطاطس في لونها ويسمى "فقع خلاسي" ، وهو المقصود عند الإطلاق ، وطريقة العلاج به : أنه يتم عصره ويقطر ماؤه في العين لكل أمراضها فتبرأ بإذن الله وفضله ، وقد ورد في الحديث الشريف " الكمأة من المن وماؤه شفاء للعين ".

الحجامة :

يتم عمل حجامة على الأخدعين كما في الشكل:

فإنها تنفع في أمراض العين وتحد البصر كما قال المصطفى ﷺ: " نعم العبد الحجام ، يحد البصر ، ويجف الصلب ، ويذهب الدم .. " [1] .

ولبن الأم يقطر في العين الملتهبة والرمداء .

والله وحده منه الشفاء والدواء .

---

(١) سبق تخريجه .

الرعاف

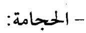
هو النزف من الأنف بدون كدمة أو صدمة، ويأتي غالبًا عند ارتفاع ضغط الدم، فينفث الدم عن نفسه بانفجار الشعيرات الدموية بالأنف، ومن الخطأ أن يستلقي المريض على ظهره؛ فإن الدم يسقط ويهوي إلى حلقه ومن ثم إلى المعدة فيهيجها ويصيبها بالعفونة، ولكن دع الدم ينزف لفترة بسيطة ثم ضع قطنة مبللة بعصير ليمون بالأنف فيوقف النزف .

- يستنشق المريض بودرة الصبار المر، وكذا يدق الأس ويخلط بخل ويكمد به على الجبهة ومؤخرة الرأس .

* * *

الروماتيزم

الصحيح أن يقال: الأمراض الروماتيزمية . ولكن جرت العادة على تسمية هذه الأمراض بالروماتيزم ، وهى آلام المفاصل ، حتى إنك إذا دخلت مستشفى تجد بابًا - وهو المختص بآلآم المفاصل - مكتوب عليه عيادة الروماتيزم .



- **الحجامة:**

أفضل علاج لمثل هذه الأمراض هو الحجامة؛ لأن الأمراض الروماتيزمية منشأها دموي فتعالج بتنقية الدم، وطريقة التنقية هذه تكون بالحجامة والساونا والدفن بالرمال الحارة .

- وكذا العلاج بالحمية الغذائية مع الدفن بالرمال، وتكون الحمية على بذور الحلبة المسلوقة مع الشعير وعسل النحل ، والعنب وشوربة الخضار ولحم الأرانب صغيرة السن (شمورت) مع المرق وتكون الحجامة كما في الشكل الآتي :

بالتوزيع أربع كاسات حجامة كل أسبوع .

- كذلك تؤكل أوراق الرجلة الطازجة والمطبوخة .
- يؤكل حساء أوراق السلق والثوم والبصل المشوي .
- والتدليك بزيت الزيتون والكافور .
- صوم الاثنين والخميس والأيام البيض من كل شهر .
- أكل سمك الشبين مسلوقًا ويشرب مرقه .
- كذلك من علاجه : لسعات نحل العسل .

يفيد لسع النحل في الأمراض الروماتيزمية ، ولكن بعض المرضى لا يتحملونه ، فهناك من عنده حساسية للسع الحشرات فقد تميته لسعة نحل واحدة لو لم يتم إسعافه، لذا يجب عمل اختبار حساسية للسع النحل قبل العلاج به .

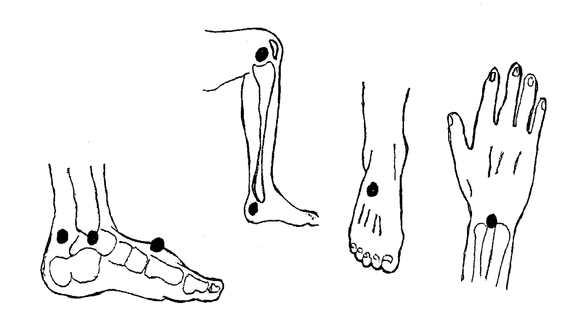
لا يتم معالجة الحامل بلسعات النحل .

وكذا مريض الذبحة الصدرية لا يعالج بلسعات النحل .

ومريض الربو أيضا لا يعالج بلسعات النحل .

ولسعات النحل تحدث تورمًا واحمرارًا بالمنطقة التي أصابتها وذلك طبيعي ، أما إذا تورم الجسد كله وأصيب المريض باختناق فهذا المريض عنده حساسية ضد لسعة النحل ؛ ويُعالج فورًا بإعطائه حقنة إدرينالين على يد طبيب متخصص حتى يحدد جرعتها .

وما تحدثه اللسعة من التورم والاحمرار إنما هو المطلوب والمرجو إذ أن التورم معناه اندفاع الدم لذلك المكان ، أي اندفاع لدفاعات الجسم إلى مكان اللسعة فتتجدد الدفاعات والخلايا ويتحسن الأداء تدريجيا بإذن الله .



* * *

السعال

السعال هو عرض وليس مرض جوهري ، وهو حركة ميكانيكية لأهـداب القـصبة الهوائية لطرد فضلات الرئة ، أو للدفاع عن الرئة أي دخيل غير طبيعـي مثـل الغبـار ، أو الماء ، أو البلغم ، أو أي طفيل، ويزداد تواصل السعال إذا كان بالرئة بلغم لزج .

ولعلاجه طرق مختلفة منها :

(١) لإذابة البلغم ينصح بشرب السوائل الدافئة أيًا كانت ومهما كانت كثرتها ، ولكن يستحب السوائل التي توسع الشعب الهوائية وتذيب البلغم في نفس الوقت، فإن كان فيها خاصية تقوي حركة تلك الأهداب، وأفضل تلك المشروبات القرفة ، الزنجبيل .

ولكن يمنع ذلك عن الحوامل لأنه ينشط انقباضات الرحم وقد يسقط الحمل .

(٢)البردقوش ويعد من أفضل العلاج المداوي للسعال ويشرب مغليًا ومُحلًى بعـسل النحل

(٣)اليانسون أيضًا فإنه مذيب للبلغم وموسع للشعب الهوائية .

(٤)منقوع الكندر يعد من عوامل طرد البلغم .

(٥) الحلفابر فإنها تذيب البلغم ، وموسعة للشعب الهوائية ومهدئة للسعال .

(٦)زهر الخطمية وهو طارد للبلغم ، ويؤخذ مُحلًى بالعسل .

(٧) أكل البصل مشويًا مفيد جدًا للسعال ، وكذا حساء الثوم .

- وهناك طريقة أخرى مفيدة أيضا للسعال وهى :

• " كوب عسل نحل + ملعقة جلسرين + ليمونة مسلوقة ثم مهروسة " يتم خلط هذه المقادير ويشرب منها ملعقة كل ثلاث ساعات فهذه الطريقة مفيـدة للغايـة وخاصـةً السعال الجاف .

* * *

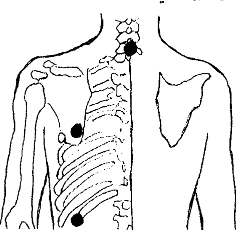
السكري

وهو ارتفاع نسبة السكر في الدم .

- **ولعلاجه:** تطحن أوراق نبات " السموه " ويؤخذ منها ملعقة صغيرة في كوب ماء دافئ مرتين يوميًّا .

- **الحجامة :**

يتم عمل الحجامة أسفل الضلع الأيسر من الظهر مرة كل شهر ولمدة خمسة أشهر . كما في الشكل الذي نراه جليًّا فيما يأتي :



والحجامة لهذا النوع تنشط غدة البنكرياس ، وتزيد كفاءتها .

- وكذلك من الأدوية المستخدمة في علاجه أكل بصلة نيئة يوميًّا فهي تغني المريض عن أخذ حقنة أنسولين .

- وكذلك أكل فصوص الثوم يوميًّا وتحديدًا فص واحد فقط ، فإنه يقي من الإصابة بمرض السكري .

- مغلي ورق التوت مفيد لداء السكري .

- أكل الملفوف ، مغلي بذر الرجلة مفيدان لمرض السكري .

- كذلك يفيد في مرض السكرى : " المره" (مر حجازي أو مر بطارخ) نأخذ قطعة منه يوميًّا بمقدار حجم الحمصة لمرض السكري .

ومن المعروف أن نصف دواء البادية من المر، ويعرف بالإنجليزية بنفس الاسم لأهميته .

- الاستمرار في شرب المرمرية بمقدار كوب واحد يوميًا ينشط البنكرياس ، ويقلل السكر .

- أكل أوراق السلق ، والفجل ، والكرات ، فإنها مفيدة للغاية ونافعة جدًا لمرضى السكر .

- تؤكل ثمار " عنب الثعلب" (الكاكنج ، الحرنكش) .

- تؤكل الحبوب الآتية مستنبتة ، ولها فعل السحر للخلاص من هذا الداء وهي : حبوب الحلبة ، حب الرشاد ، الفجل ، القرع ، الترمس .

- تؤكل ثمار نبات الشفلج[1] وتمضغ أوراقه للعلاج من السكر وأهل الأردن يخللون تلك الثمار وهي تشبه التين، ولكنها حمضية الطعم ، وهي نافعة أيضا للنقرس .

* * *

(١) **الشفلج** : هو نبات ينبت في الجبال والأراضي الطينية الصحراوية، وهو موجود بكثرة في مصر بنوبيع ، وفي جبال الأردن ولبنان وليبيا والسعودية .

السمنة

تعد السمنة المرضية من أمراض العصر المنتشرة .

- وهناك سمنة عادية تكون مستحبة أحيانًا ، ولكنها تكره إذا كانت صـفة بـارزة في الرجال ، وأذكر هنا بكل إجلال واحترام الجنرال النحيف المخيف الفريق أول محمد عبد الغني الجمسي - رحمه الله - عندما كتب فيه شاعر صـهيونى قـصيدة أسـماها " الجمسى عظامه سليمة " وسماه الجنرال النحيف المخيف ورأى فيـه الرجولـة والبطولـة ، وأوعـز سبب انتصاره لصلابة عوده ، وهزيمة بني صهيون لاندلاق كروشهم ، ورقابهم، فالعود الممشوق من أحسن صفات بنى آدم رجالًا ونساءًا .

- والسمنة مذمومة في الرجال دائمًا ، وفي النساء أحيانًا ، فالوزن الثقيل يزيد العـبء على سائر أعضاء الجسد وأولها الأقدام التي لا تقوى عـلى حمـل الـوزن الثقيـل ، فتتعب المفاصل ويشتكي العمـود الفقـري ، ولا يـستطيع القلـب والرئـة خدمـة مـا يزيـد عـن طاقتهم ، كما لا يستطيع الشخص السمين أن يفزع ناجدًا أو مستنجدًا ، ودائمًا مـا يطلـب المساعدة ، وكثيرًا ما يستمتع البدين بخفة ظله مما يجعله غير منبوذ ، ولكن البـدين نفـسه هو أول وآخر المتضررين.

وعلاجه يكون كالآتي :

- العلاج غذائي في المقام الأول ، فلابد من عمل حمية غذائية وهي ما يطلق عليهـا " رجيم " ولكن هذا النظام الغذائى لابد وأن يلبي كل احتياجات الجسم والـصحة العامـة ولا يكون سببا في الحرمان الشديد مما تشتهيه الأنفس ، فيجب أن يكون الـرجيم معتـدلًا حتى يدوم ولا يسبب إزعاجًا.

- وكذلك لابد من الاستفادة من المواسم الزراعية .

* ففي فصل الشتاء تؤكـل حبـة لفـت + جـزرة واحـدة + علبـة زبـادي واحـدة في الصباح.

وفي الغداء : نصف رغيف خبز أسمر + شريحة لحم مشوية + طبق سلطة + برتقالة ، مع كوب بردقوش أو شاي أخضر .

وفي العشاء : نصف رغيف خبز أسمر + قطعة جبن قريش + بيضة مسلوقة + حبة طماطم واحدة مع كوب مرمرية أو شاي أخضر .

وفي المرات الأخرى في الغداء تبدل شريحة اللحم بالدجاج المشوي منزوع الجلد مرة ، ومرة أخرى سمكة مشوية .

والعشاء يبدل الجبن والبيض بكوب زبادي واحد مضاف إليه ملعقة عسل نحل.

- أكل الملفوف نيئًا لتخفيف الوزن .

- أكل الجريب فروت أثناء تواجده وحتى نهاية موسمه .

* وفي فصل الصيف : تبلع خمس حبات ترمس يابس + ست حبات حمص يابس ، وتبلع بكوب ماء مضافًا إليه ملعقة عسل نحل وملعقة خل .

فهذا نظام إفطار يستمر لمدة أربعين يومًا وسينزل فيه الوزن حوالى عشرين كيلو جرام تقريبًا.

- حمَّامات البخار (الساونا) تزيل كثيرًا من المياه المتراكمة تحت الجلد .

- **الحجامة :**

وتكون على الأماكن المترهلة على جميع أنحاء البدن فإنها نافعة جدًّا في علاج البدانة والسمنة .

* * *

السرطـــان
(أورام خبيثة)

إن من أهم أسباب هذا المرض هو ضعف الجهاز المناعي ، إذ أن الخلايا السرطانية تتكون يوميًا في البدن السليم، ولكن دفاعات الجسم تقاومها وتفتك بها، فإذا ضعفت تلك الدفاعات زادت تلك الخلايا بصورة سريعة ومن ثم فإنها تحدث الورم . ومن أجل تقوية الجهاز المناعي لابد وأن يعيش الإنسان على فطرته السليمة في الغذاء ، والشراب ، والنوم ، واليقظة ، والمسكن ، والملبس.

– فعليه أن يأكل الطعام الطازج ، فيأكل طعام الشتاء في الشتاء من خضار وفاكهة ، وطعام الصيف في الصيف أيضًا .

– ولا يُدخل على بدنه طعام الشتاء في الصيف أو العكس وعليه أن يعمل بالآية الكريمة في قوله تعالى: ﴿يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ خُذُواْ زِينَتَكُمۡ عِندَ كُلِّ مَسۡجِدٖ وَكُلُواْ وَٱشۡرَبُواْ وَلَا تُسۡرِفُوٓاْۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلۡمُسۡرِفِينَ ﴿٣١﴾﴾[الأعراف]. وقوله تعالى : ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُلُواْ مِن طَيِّبَٰتِ مَا رَزَقۡنَٰكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِلَّهِ إِن كُنتُمۡ إِيَّاهُ تَعۡبُدُونَ ﴿١٧٢﴾﴾[البقرة].

ويقول – المولى عز وجل : ﴿ٱلَّذِينَ يَتَّبِعُونَ ٱلرَّسُولَ ٱلنَّبِيَّ ٱلۡأُمِّيَّ ٱلَّذِي يَجِدُونَهُۥ مَكۡتُوبًا عِندَهُمۡ فِي ٱلتَّوۡرَىٰةِ وَٱلۡإِنجِيلِ يَأۡمُرُهُم بِٱلۡمَعۡرُوفِ وَيَنۡهَىٰهُمۡ عَنِ ٱلۡمُنكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ ٱلطَّيِّبَٰتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيۡهِمُ ٱلۡخَبَٰٓئِثَ وَيَضَعُ عَنۡهُمۡ إِصۡرَهُمۡ وَٱلۡأَغۡلَٰلَ ٱلَّتِي كَانَتۡ عَلَيۡهِمۡۚ فَٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ بِهِۦ وَعَزَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَٱتَّبَعُواْ ٱلنُّورَ ٱلَّذِيٓ أُنزِلَ مَعَهُۥٓ أُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡمُفۡلِحُونَ ﴿١٥٧﴾﴾[الأعراف].

فإن هذه الآية تحمل بين طيات كلماتها الوقاية من كل الأمراض خاصة هذه الأمراض التي ظهرت حديثًا في هذا العصر ، فقد أحل الله الطيبات ، وحرَّم الخبائث في كل عصر من العصور إلى يوم الدين وفي مختلف الديانات السماوية ، فكل خبيث حرام ، وكل طيب حلال إلا بشروط كالصيام ، ومال اليتيم يكون طيبًا ولا يحل إلا بالحق .

وأوجب علينا التعوذ من كل الشر ، والدعاء بالبركة لما يعجب العين من حَسَنِ الأشياء وكثرتها وبركتها حتى لا يصيب الإنسان أخاه بعينه فيتلف ما به من نعمة كالصحة ، والقوة والجاه ، والغنى ، وكثرة الولد وكثرة النعمة ، فإن رآها الإنسان عند غيره ، أو عند نفسه فليدعو بالبركة قائلا: " ما شاء الله لا قوة إلا بالله ، اللهم بارك لفلان ، أو اللهم بارك لي " .

وذلك لأن العين حق تسكن الرجل القبر ، وتدخل الجمل القدر، أو كما قال ﷺ: «ثلث من في القبور من أمتي من العين ، وإن كان شيء سابق القدر لسبقته العين ..» [1] .

وفي هذا دليل واضح على أن العين تصيب البدن ، فيضعف ويمرض ، ويموت، فيدخل القبر .

فإذا اطلعت عزيزي القارئ على مرضى الأورام ، تجد منهم من أصيب بسبب التدخين ، أو التغذية بأطعمة عوملت بمبيدات خطيرة ، أو معالجة جينيًا ، أو بسبب تعاطي أدوية ذات آثار جانبية خطرة ، أو بسبب التعرض لأشعة ضارة ، أو غازات سامة أو ما شابه ذلك ، أو بدون سبب ظاهر أو معروف ، وإني – والله – أرى أن العين سببٌ قويٌ فتعوذوا من شرها بقراءة المعوذتين فهما كنزان من كنوز القرآن الكريم .

كما أن تعويض الجسم بما ينقصه من عنصر السيلينيوم والموجود بكثرة في الأطعمة البحرية من الأسماك والقشريات والأصداف والأغذية النباتية من الحبوب الكاملة والبقول، وكذا منتجات الألبان وبخاصة اللبن الرايب، واللحوم الحيوانية، وزيت الزيتون وصفار البيض، والفواكه، والخضروات الطازجة .

وخير وسيلة علاجية لهذا الداء هي :

– الحجامة :

---

(١) صحيح الجامع (٥٢٨٦) .

فهي من أنفع علاجات السرطان وخاصة في مراحله الأولى وهي تخفف أثر العين وبخاصة مع قراءة الرقية الشرعية.

وتكون صورة الحجامة مثل الشكل السابق :

من ١ إلى ٧ لسرطان الدم .

١ ، ٢ ، ٥ ، ٧ ، ٨ لسرطان الكبد .

١ ، ٦ ، ٩ ، ١٠ ، ١١ لسرطان القولون .

١ ،٢، ٧ ، ١٢ ، ١٣ لسرطان المستقيم .

١ ، ٢ ، ٦ ، ١١ لسرطان المعدة .

على جميع المفاصل وجانبي العمود الفقري لسرطان العظام.

– أكل القرنبيط ، والبروكلي ، والملفوف ، والفجل فهذه الأشياء نافعة جدًّا للسرطان ، وكذا شرب عصير الطماطم .

– ماء زمزم لما شرب له .

ويعد أفضل علاجات السرطان على الإطلاق بنية حسنة ، وإيمانا بقدرة الله – عز وجل – وحكمته ، وبقضاء الله وقدره وكل ذلك لا ينفي طرق العلاج الحديثة من علاج نووي ، أو كيماوي ، أو جراحي ، كما يحدده الطبيب المعالج ، فالأدوية البيئية والروحانية لا تختلف مع العلاج الإكلينيكي ، ولا تكمله بل هو الذي يكملها .

– واعملوا بنصيحة نبيكم ﷺ «داووا مرضاكم بالصدقات» . والله وحده عنده الشفاء والدواء فادعوه يستجب لكم .

* * *

السُّل (الدرن الرئوي)

- وهو من الأمراض التي تنتج عن سوء الحالة المعيشية، مثل: سوء التغذية ، وغياب الشمس والهواء ، فيجب نقل المريض إلى مكان جيد التهوية تدخله الشمس ، ويتغذى بالأغذية الرقيقة سهلة الهضم مع الراحة التامة ، والإكثار من الذكر والصلاة .

وأكثر الأغذية نفعًا لهذا الأمر هي :

- الزبادي بعسل النحل .
- سلطة الزبادي بالثوم .
- لحم الكابوريا (سرطان البحر) فهو مفيد جدًّا .
- الحساء ، والمرق ، وشوربة الخضار .
- عصائر الفواكه الطبيعية .
- عصير الجريب فروت من أنفع العصائر .
- عصير الجزر ، والبرتقال ، والليمون .
- مغلي الزنجبيل ، والبردقوش .
- مغلي المرمرية ، زهر النارنج والليمون .
- مغلي الحلفابر ، اليانسون ، الحلبة ، الشمر .
- يؤكل التمر ، وينقع في اللبن أو الماء .
- يؤكل بيض السمان مسلوقًا .
- يؤكل ثمار السدر (النبق) .
- تؤكل ثمار المخيط [1].

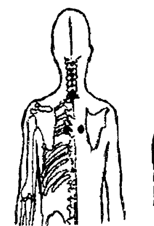
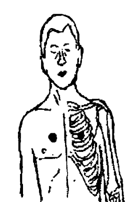
---

(١) ويسمى: البمبرة بالمملكة العربية السعودية.

- تؤكل ثمار التوت والفراولة و ثمار عنب التعلب (كاكنج أو الحرنكش) .

- **الحجامة :**

يتم عمل حجامة على جانبي الفقرة الثانية عشرة من العمود الفقري وأعلى الثديين – كما في الشكل.

* * *

الشرايين
ضيق وتصلب

يعد أحد أمراض العصر الخطرة ، نظرًا للعادات الغذائية السيئة وكثرة تناول الدهون ، وقلة الحركة والرياضة ، والتعرض للأضواء الصناعية لمدة طويلة ، والتدخين ، وتعاطي الأدوية ذات الآثار الجانبية المدمرة – عافانا الله وإياكم من كل سوء .

وعلاج مثل هذه الحالات يكون بالوقاية ، فالوقاية دائمًا وأبدًا خير من العلاج ، فيجب أن نقي أنفسنا من الوقوع في تلك المحظورات السالفة الذكر – ويجب أن نعود إلى الغذاء النيء الطازج ، والإقلال من الدهون، وممارسة الرياضة سواء بالمشي أو السباحة، والاستيقاظ المبكر والنوم المبكر حتى تتلاشى الأضواء الكهربائية، وعدم استخدام أجهزة التكييف ، واجتناب التدخين، وعدم التعرض للأدخنة الضارة (التدخين السلبي) والأبخرة الضارة ، وعدم تعاطي أدوية إلا باستشارة الطبيب ، واستعمال تلك الأدوية في أضيق الحدود.

الحجامة :

فإن أمثل دواء الحجامة كما أخبرنا بذلك الرسول ﷺ «إنَّ أمثل ما تداويتم به الحجامة والكست البحري» [1].

فيتم عمل الحجامة على الكاهل والأخدعين ، وحول العمود الفقري ، والركبتين ، وظاهر القدم والرسغين والكوعين كما في الشكل:

---

(١) متفق عليه .

ولا تكون الحجامة على هذه الأماكن مجتمعة ، بل تكون على عدة مرات، وكل مرة لا تزيد على ثلاثة أو أربعة محاجم ، ويكون بين كل مرة والتالية مدة لا تقل عن أسبوع فتنقي الدم وتلين الشرايين .

- كما ينصح بشرب البردقوش ، ومغلي الزنجبيل ، والقرفة ، والحلبة وحب الرشاد ، والسكنجبين ، وزيت الزيتون .

- كما يشرب مغلي السنامكي مرة كل شهر ، يستقيء المريض بتصلب الشرايين وضيقها مرة كل شهر .

*** الحمامات المتصاعدة :**

وطريقتها : يرقد المريض بضيق الشرايين أو تصلبها في بانيو به ماء دافئ ، ثم يزود الماء بكمية من الماء الساخن – أي يتم رفع درجة حرارة الماء تدريجيًّا حتى تصل حرارة الماء إلى ٤٠ ، ٥٠° ومن ثم تصل حرارة الجسم إلى ٣٨، ٣٩°– ويستمر ذلك لمدة عشر دقائق ، ثم يلف الجسم بغطاء ثقيل – البطاطين مثلًا – حتى يعرق جسم المريض ثم يشرب كوبًا من مغلي الزنجبيل المُحلَّى بعسل النحل الصافي .

- ينصح أيضا بأكل البصل المشوي ، وأكل الثوم بأي شكل سواء كان حساء ، أو نيىء ، أو سلطة ، وشفاكم الله وعافاكم .

* * *

الشـــرج
شرخ – بواسير – التهابات

وقد ذكرنا سابقًا علاج البواسير في حرف الباء ، وتعرضنا للحديث عن الشرخ في هذا الباب أيضًا وسنذكر هنا الالتهابات :

- فمن أصيب بالالتهابات عليه أن يعمل حمام مقعدي ؛ بحيث يقعد المريض في ماء مضاف إليه خلاصة المرمرية أو الخبيزة .

- يتم أيضًا دهن فتحة الشرج بزيت الخروع للالتهابات والشرخ .

- وللالتهابات أيضًا والشرخ تدهن بعصير الرجلة وكذلك تدهن بزيت السذب .

واسألوا الله الشفاء فهو وحده القادر عليه .

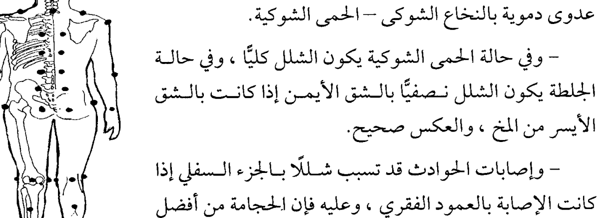
فادعوه يستجب لكم .

* * *

الشلل

يحدث الشلل لأسباب عديدة منها :

- السكتة الدماغية ، أو الجلطة الدماغية ، أو بسبب ورم بالمخ، أو صدمة قوية بالرأس، أو بسبب صدمة عصبية ، أو ارتخاء عضلي ، أو ضمور بالعضلات ، أو ضمور بخلايا المخ ، أو بسبب فيروس – عدوى دموية بالنخاع الشوكى – الحمى الشوكية.



- وفي حالة الحمى الشوكية يكون الشلل كليًا ، وفي حالة الجلطة يكون الشلل نصفيًا بالشق الأيمن إذا كانت بالشق الأيسر من المخ ، والعكس صحيح.

- وإصابات الحوادث قد تسبب شللًا بالجزء السفلي إذا كانت الإصابة بالعمود الفقري ، وعليه فإن الحجامة من أفضل علاجات الشلل نظرًا لتنقيتها للدم ، ومعادلة لزوجته ولتجديدها لكرات الدم الحمراء ، والبيضاء.

- كما ينصح بعمل – المساج[1] – مع زيت الزيتون ، وزيت الكافور ، أو البردقوش وزيت السذب .

- **الحمامات المتعاقبة** : وهي كالآتي :

يصبُّ الماء الدافئ على الأطراف المشلولة، ثم يصبُّ الماء البارد، ثم الدافئ ثم البارد وهكذا لمدة نصف ساعة يوميًا ، مع الغذاء الرقيق كشوربة الخضار ، وحساء العدس وحساء الثوم والبصل، مع شراب العسل مع غذاء الملكات بنسبة ١٠٠ : ١ جرام .

- يشرب الزنجبيل المُحلَّى بالعسل ، يؤكل رشميم القمح [2] أو يضرب في الخلاط ويشرب ، وكذلك زعازيع القصب [3] .

---

(١) **المساج**: التدليك.

(٢) **رشميم القمح**: أول نبات القمح ؛ بحيث يكون طول أوراقه من ٧ : ١٠ سم .

(٣) **الزعازيع**: البراعم الخضراء، والمقصود هنا قصب السكر .

- أكل حبوب الحلبة المستنبتة ، وأكل حب الرشاد الأخضر

- أكل الهندباء البرية ، تؤكل خمس ورقات سذب مرة كل أسبوع

* ومن المهم جدًّا على زائر المريض المشلول أن يبش في وجهه ويهلل ويخبره أنه اليوم أفضل من أمس، فرفع الروح المعنوية مهمٌّ جدًّا بالنسبة لمريض الشلل .

وداووا مرضاكم بالصدقات

الشهيــة

والمقصود هنا ضعف الشهية العام ، وعلاجه يكون كالآتى :

- يؤكل البصل المملح بالخل ، ويؤكل مخلل الكرنب ، والليمون المخلل ، ويؤكل البرتقال ، أو يشرب عصيره قبل الأكل ، كما يؤكل الجرجير الطازج ، ويشرب عصير الجزر.

- كذلك قليل من مسحوق الخردل على السلطة ، فإنه فاتح للشهية .

- يشرب السكنجبين لفتح الشهية .

* * *

الصداع
(آلام الرأس)

الصداع عرض مؤلم بالرأس ، يسبب إزعاجًا شديدًا للمريض ، وله أسباب عدة :

١- الإمساك .
٢- التهاب الجيوب الأنفية والتي تسبب صداعًا مزعجًا .
٣- خشونة فقرات الرقبة .
٤- آلام المفاصل .
٥- التهاب الأذن الوسطى .
٦- عين السمكة أو الكالو بالقدم .
٧- مشاكل الأسنان واللثة .
٨- زيادة حموضة المعدة .
٩- الانتفاخ وآلام القولون .
١٠- الأنيميا فقر الدم .
١١- التلوث السمعي والأصوات المزعجة .
١٢- التعرض للشمس ، أو البرد .
١٣- ضعف البصر ، وزيادة ضغط العين .
١٤- الضرب أو الإصطدام بالرأس .
١٥- انخفاض ضغط الدم وارتفاعه .
١٦- الانفعال الشديد والصياح والصراخ .
١٧- وجود كيس دهني ، أو ورم بالدماغ .

كما توجد أسباب غير محسوسة ، أو غير مادية تسب الصداع . ويرجع سببها إلى إيذاء الجان، ولا يعد ذلك دجلًا ولا شعوذة ، ولكن الجن من الغيبيات التي نؤمن بوجودها وتأثيرها على الإنسان ، فإذا انعدمت الأسباب الحسية ، تقرأ الرقية الشرعية على المريض بالصداع ، ويلتزم بالأوراد والأذكار فيذهب ما به من أذى بعون الله وقوته — وهو المستعان .

عافاك الله – عزيزي القارئ – من كل سوء ، فإذا حدث وشعرت بالصداع ، فابحث في تلك القائمة عن السبب وسارع في علاجه حتى يزول هذا المرض العرضي ، فإذا كان السبب داخل الرأس فخير وسيلة لعلاجه هي بالتأكيد:

– الحجامة :

فهي أفضل دواء وعلاج لصداع الرأس ، وتختلف أماكن إجرائها باختلاف سببها ، وتكون النتيجة بالحجامة فورية بفضل الله تعالى وصدق رسوله ﷺ .

حيث روي أنه : (ما كان أحد يشتكي صداعا في رأسه إلا وقال له رسول الله ﷺ : احتجم . وما كان أحد يشتكي قرحة إلا وقال له: اخضبها بالحناء)[1] .

كما كان رسول الله ﷺ يعصب رأسه من آلام الصداع ، كما ينفع خضاب الرأس بالحناء ، وعصابة الرأس وخضاب الحناء ينفع في حالة الفتق بالرأس .

عافانا الله وإياكم من كل شر وسوء.

* * *

---

(١) أخرجه أحمد (٦/ ٤٦٢) ، وأبو داود (٣٨٥٨) صحيح الإسناد .

الصــرع

الصرع – عافانا الله وإياكم منه – يعد حالة مرضية في الجهاز العصبي المركزي (المخ) ناتج عن زيادة الكهرباء بالمخ ، أو ضمور في خلاياه ، أو بسبب خلل هرموني ، وفي كثير من الأحيان يكون السبب إيذاء الجن للإنسان .

وعلاجه يكون كالآتي :

– تخضب الرأس بالحناء والعفص مرة واحدة كل أسبوع ، ويداوم على دهن زيت الزيتون وزيت السذب .

– يؤكل البندق والجوز (عين الجمل) بعسل النحل .

– يشرب العسل مخلوطًا بالغذاء الملكي بنسبة عشرة جرامات تقريبًا من غذاء الملكات لكل كيلو عسل نحل، ويؤخذ من هذا الخليط ملعقتان يوميًّا صباحًا ومساءً ، كذلك يؤكل حب الرشاد المستنبت والحلبة المستنبتة.

– يؤكل جنين القمح ملعقة كبيرة على كوب زبادي بالعسل .

– تغطى الرأس بغطاء – مثلا طاقية ، أو عمامة ، أو قلنسوة – لحمايتها من البرد والحرارة وأشعة الشمس .

– تُجتنب الأغذية الثقيلة والتي تسبب صداعًا ، ويداوم على السواك والتسوك به حتى يكون الفم طاهرًا والأسنان قوية ليجود المضغ .

– يؤخذ بكل أسباب الوقاية العامة .

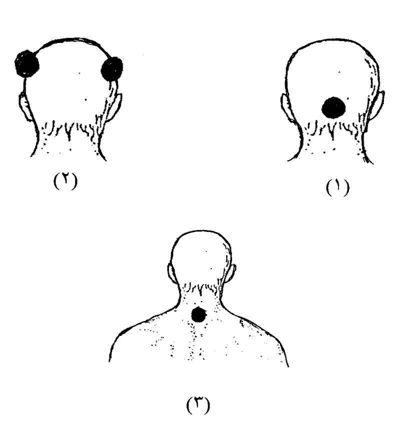
– يشرب مغلي الشعير بصفة منتظمة يوميًّا مثل الشاي .

* **السعوط** : يتم طحن عود الكست ويستعط به " يستنشق " مرة واحدة يوميًّا على أقل تقدير .

الحجامة :

يتم عمل حجامة على مؤخرة الرأس (جوزة القمحدوة)، ثم يضمد عليها بالحناء والصبر معجونين بعسل بعد الحجامة ، كالشكل رقم (١) ، كما يحجم القرنان (فوق

الأذنين بثلاثة أصابع) كالشكل رقم (٢) ويحجم الكاهل أيضًا بعد أسبوع من الحجامات السابقة كالشكل رقم (٣) في الأشكال التالية:



(١) (٢)

(٣)

يتم لسع المريض بالنحل في مؤخرة الرأس مرة كل شهر .

* **الكي** – وهو آخر العلاج – فتكوى أعلى نقطة بالرأس والقرنين ، وتتخذ الحمية اللازمة لمدة أربعين يومًا .

شفاكم الله وعفاكم.

* * *

الصدفيـة

هو مرض جلدي يصيب أماكن متفرقة في الجسم وليست محدودة ، وغالبًا ما تتركز في الركبتين ، والكوعين ، ولكنها تنتشر في جميع البدن -كما رأيت- وهي ليست معدية – ولله الحمد – ولكنها تعد من الأمراض المزمنة ، وتسبب الكثير من الآلام البدنية والنفسية.

وعلاج الصدفية في البيئة البحرية :

– السباحة في ماء البحر ، ثم التعرض لأشعة الشمس ، ثم الغسل بماء مضاف إليه خلاصة الروزميري ، ثم دهان أماكن الإصابة بزيت الزيتون ، ويكرر ذلك مع الحمية الغذائية على الرقيق من الأغذية مثل شوربة الخضار ، والغذاء النيىء مثل السلطة المشكلة .

كما يفيد أكل الخرشوف مسلوقًا .

– **عسل النحل** : يفيد شرب عسل النحل ودهانه في أماكن الإصابة وبعد الدهان بعسل النحل يترك خمس دقائق ثم يدهن بالفازلين .

– **لسع النحل** : تفيد لسعات النحل لمريض الصدفية شريطة ألا يكون ضغط الدم عنده مرتفعًا ، أو يشتكي من حساسية الصدر أو أمراض الشريان التاجي .

– ويفيد جدًّا وضع مهروس فطر الكمبوشة على أماكن الإصابة لمدة نصف ساعة تقريبًا ، ثم تزال بماء الفطر ، ثم تُطلَى بالفازلين الطبي ، فيداوم على ذلك يوميًّا حتى الشفاء إن شاء الله.

– مع مزاولة الصيام الشرعي فيصوم يوم ويفطر يومين ، وفي أيام الإفطار يكون الإفطار مع الحمية على الفواكه والتمر بالحليب .

علاج الصدفية في البيئة الصحراوية .

– تُطلَى أماكن الإصابة بالمادة اللبنية الناتجة عن جرح جذوع أشجار العشار ، أو التين البري.

– تُطلَى أماكن الإصابة بدهن سنام الإبل .

- تُطلَى أماكن الإصابة ببول الإبل .

- يؤكل الجراد مسلوقًا.

- يُطلَى بلبن الشبرم للصدفية .

علاج الصدفية في البيئة الريفية :

- يفيد الطلاء بالطين الصلصال للصدفية حتى يجف ، ثم يُطلَى بلبن الجميز ، ولبن صبار المكرونة .

- يدق ورق الزيتون مع ورق السدر ويضمد به أماكن الإصابة .

- وفي كل البيئات الصوم هو خير وسيلة علاجية مساعدة وفعالة في علاج الصدفية .

الحجامة :

يتم عمل حجامة على أماكن الإصابة ويكرر ذلك مرة كل أسبوعين مع العلاجات السابقة .

فالله تعالى هو الشافي ، فادعوه يستجب لكم.

* * *

الصلـع

ومن علاجات الصلع :

- تؤخذ كبسولات من زيت كبد الحوت مرة واحدة يوميًا .

- تؤكل الخميرة البيرة مرتين أو ثلاث يوميًا .

- تؤخذ ملعقة عسل نحل ثلاث مرات يوميًا .

- يدهن بفطر الكمبوشة مرة واحدة يوميًا ، وهو نوع من الفطر ينمو وينقسم في محلول مائي حلو لمدة عشرة أيام، فيتحول الماء الحلو إلى نوع من الخل . ولكن مع تهوية فتحة الإناء بشاشة نظيفة ، كما يفضل إضافة خلاصة نبات القراص إلى ذلك الماء والفطر ، ويدهن بالماء صباحًا ثم يهرس الفطر بالخلاط ويحفظ في برطمان ويدهن منه مرة واحدة مساءً .

الحجامة :

وتكون مرة كل أسبوعين على أماكن الصلع أو الثعلبة فسينمو الشعر تدريجيًا وتكون مدة العلاج اثنا عشر شهرًا والله تعالى هو الشافي .

* * *

ضربة الشمس

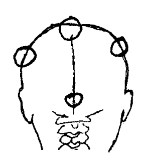
عند الإصابة بضربة الشمس فإن أول ما يفعله المريض هو أن يحتمي من الشمس في مكان جيد التهوية ، ويكمد جميع الجسد - وخاصة الرأس - بفوط قطنية مبللة بالماء وتبدل كل عشر دقائق .

- ويقطر في أذنيه عصير الليمون ، ويشرب عصير الليمون بالماء البارد والعسل كل ساعتين ، كما يدهن كامل جسده - وبخاصة الرأس والرقبة - بعصير الليمون .

- ثم يأكل المريض ثمار الكمثرى أو العنب .

- وأفضل شيء على الإطلاق لعلاج مثل هذه الحالة هو:

الحجامة ، وكذلك ماء الشعير لذهاب الحمى والحرارة .



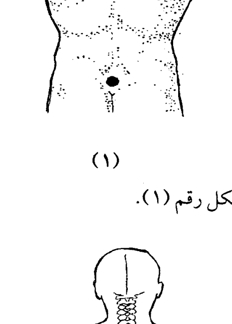
حجامة جافة

* * *

ضغط الدم

عند الإصابة بضغط الدم المرتفع ينصح بشرب وأكل الأشياء الآتية :

- يشرب يوميًا ملعقة زيت زيتون ، أو زيت سمسم .
- يؤكل البصل المشوي وبكثرة .
- يشرب مغلي حبِّ الرشاد .
- يؤكل العنب الطازج .
- يشرب منقوع الدوم مرتين يوميًا .
- لابد من ملعقة عسل نحل مرتين يوميًا .
- ويشرب السكنجبين ، ومغلي البردقوش .
- **الحجامة :**



(١)

يتم عمل حجامة على منطقتي الكاهل والعص ، والأخدعين مرة كل ثلاثة أشهر كما في الشكل رقم (١).

فما ذكر سابقًا كان في علاج الضغط المرتفع .

أما الضغط المنخفض (كمرض) :

فينصح بشرب عصائر الفواكه باستمرار ، وأكل التمر والزبيب إذا كان السكري معتدلًا ، بمعنى لو كان المريض لا يعاني من مرض السكري .

(٢)

الحجامة :

فيتم إجراء حجامة جافة – كاسات هواء – حول العمود الفقري وتكون متحركة بزيت نعناع أو كافور، وهذه الطريقة تتطلب احترافًا عاليًا في عمل الحجامة ، وتوفيق في إجرائها حتى لا يتسلخ الجلد وذلك مثلما هو موَّضح بالشكل رقم (٢).

حجامة جافة إنزلاقية .

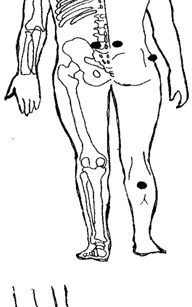
أما إذا كان الضغط منخفضًا بسبب الجوع ، أو العطش فالعلاج يكون بإزالة السبب ، والله هو المعافي الشافي .

* * *

ويعرف أيضًا بالديسك ، وهو عبارة عن التهاب أو انزلاق بغضروف الفقرات الرابعة والخامسة، مما يسبب آلامًا مبرحة عند تغيير الحركة من القعود إلى الوقوف أو الركوع والسجود والعكس ، ومع الوقت وكثرة الحركة تسبب آلامًا وتنميلًا في إحدى الساقين ، ويسمى عندها "بعرق النَّسَا " - بفتح النون لا بكسرها ؛ لأن ذلك الألم ينسي أي ألم آخر .

وله عدة طرق في علاجه نذكر منها ما يلي :

- على المريض أن يتناول فاكهة الأناناس الاستوائية وليس الشمام الأصفر ، أو الكنتالوب .



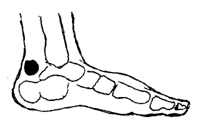
- يدق ورق الزيتون ويوضع على الكاهل ويضمد فيذهب الألم .

- كذلك يفيد مغلي حب الرشاد مع بذر الحرمل المُحلَّى بالعسل .

- كذلك أيضًا يفيد لسع النحل على يد خبير مدرب وذلك يكون في منطقة الألم .

- **الحجامة :**

وتُجرى الحجامة في هذه الحالة المرضية على جانبي الفقرتين الرابعة والخامسة ، وتحت منطقة الحزام على الفخذ الأيمن أو الأيسر بأربعة أصابع ويزيد على ذلك سمانة القدم والكاحل كما في الشكل:



- **الرضف بالحجارة .. وطريقتها كالآتي :**

قطعتان من الحجر الصوان (الزلط) بقطر ٥سم تقريبًا، ويسخنان في رمال حتى درجة ستين درجة مئوية تقريبًا، ثم يوضعان على جانبي العمود الفقري فوق العجز (الفقرتين الرابعة والخامسة) ثم يربطان بضمادة كتانية أو من الصوف أو من القطن يومًا كاملًا ، ثم يعاد فعل ذلك مرة أخرى في اليوم التالي حتى يتم الشفاء بإذن الله تعالى — وهو وحده الشافي .

الظُّفَـرُ

- تؤكل الخميرة البيرة لتحسين الأظافر .
- تدهن الأظافر المتكسرة والمشققة بعصير الليمون .
- الخضاب والحناء يفيد في علاج الفطريات بالأظافر .
- يشرب عصير الجزر لتحسين الأظافر .

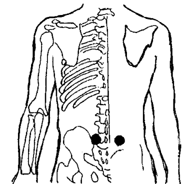
العـرق

- يدلك بورق الريحان لتحسين الرائحة .
- يدلك بورق الأس (المعروف بالمرسين) لتقليل العرق وتحسين الرائحة .
- يدلك بخليط من المسك الأبيض والشب البوتاسي (شبة) لتحسين الرائحة وتقليل العرق .

الحجامة :

يتم إجراء الحجامة على جانبي القطن والتي بها يتم تقليل إفرازات العرق كما هو مبين في الشكل :





* الحمامات المتصاعدة : وقد سبق شرحه في " داء الشرايين " فهذه الحمامات تخلص الجسم من روائح العرق الكريهة إذا أضيف إليه خلاصة أوراق الريحان ، أو المرمرية .

- الاستحمام والغسل بعرق الحلاوة (عود الحلبة) يقلل إفراز العرق .
- تؤكل جذور الخرشوف وأوراقه كحساء لتطيب رائحة العرق .

عَرُوْسَةُ الإبِطِ

وهي الدمامل التي تظهر تحت الإبط ، وعلاجها كالآتي :

- يُطلَى بالعسل والحناء حتى الشفاء .

الحجامة :

المبزغة (الرطبة) وتعد أفضل علاج وتكون على الدمل مباشرة .

- يطحن حب الرشاد والحلبة ويعجن بالعسل ويضمد به حتى الشفاء .

عسر الهضم

- يشرب اللبن الرائب (الزبادي) مع الخيار .
- تشرب بذور الكسبرة المغلية .
- يؤكل حبُّ الرمان لعسر الهضم .
- يشرب السكنجبين لعسر الهضم .
- يشرب مغلي الزعتر أيضا لعسر الهضم .
- يستاك المريض بعسر الهضم قبل الطعام بالسواك .
- يجوِّد مضغ الطعام جيدًا .

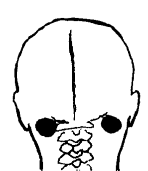
* * *

العُشَىْ اللَّيْلِى
(ضعف الرؤيا ليلاً)

- يؤكل الجزر طازجًا ، ويشرب عصيره .
- يؤكل جنين القمح مع كوب زبادي وعسل النحل .
- تؤكل الخميرة البيرة ثلاث مرات يوميًا .

الحجامة :

يتم إجراء الحجامة على الأخدعين [1] لحد البصر كما في الشكل :



- الاكتحال بالإثمد [2] يحد البصر .
- الاكتحال بالعسل يحد البصر ويجلو الغشاوة من العينين .

والله عنده الشفاء

فاسألوه يجبكم ويشفكم

* * *

---

(١) **الأخدعين**: منطقة ما خلف الأذنين .

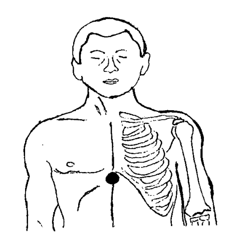
(٢) **الإثمد**: هو الكحل .

العِصَابُ المِعَدِي

- يشرب السكنجبين للمعدة العصبية .
- يشرب مغلي النعناع المُحلَّى بالعسل .
- يؤكل الجزر مسلوقًا .
- يمنع منعًا باتًا شرب المياه الغازية .
- يمنع أكل المقليات ، والمسبكات .
- يشرب الزبادي بالخيار بعد ضربه بالخلاط .
- يشرب الزنجبيل مع مغلي الشمر أو الكراوياء .
- الكمادات الدافئة؛ فهي تعمل على تدفئة المعدة .

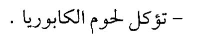
الحجامة :

يتم إجراء الحجامة على منطقة عظمة القص [1] كما في الشكل:

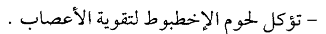


* * *

(١) **القص:** هي منطقة فم المعدة .



العَصَبُ



(توترات وآلام)

- تؤكل لحوم الكابوريا .
- تؤكل لحوم الإخطبوط لتقوية الأعصاب .
- أفضل ما يؤكل لتقوية الأعصاب هو لحم الضب [1] .
- بيض السمان يؤكل لتقوية الأعصاب .
- كذلك لحم ثعبان البحر (الحنشان) .
- الخميرة البيرة تؤكل لتقوية الأعصاب ولآلامها .
- أيضا أكل الموز ، وشرب عصير الجزر .
- شرب المرمرية ، والحصالبان للتوتر العصبي .
- حمامات البخار (الساونا) نافعة جدًّا للتوتر العصبي.
- الحمامات المتصاعدة ، مضافًا إليها خلاصة ماء الريحان فهو مفيد جدًّا للآلام العصبية ، والتوتر العصبي .
- **الحجامة :**

يتم إجراء الحجامة على منطقة الكاهل ، ومؤخرة الرأس ، كما هو في الشكل السابق.

- إدامة النظر إلى الفضاء الواسع ، والماء الجاري ، ومجالسة الأخيار ، والله تعالى هو الشافي .

* * *

---

(١) الضبُّ: حيوان يعيش في الصحراء .

العَضَلُ
(آلام – تشنجات – تمزق)

- يضمد بكمادات ملفوف (كرنب) مبروش على موضع الألم ، التمزق .

- يتم تذويب ربع ملعقة مصطكي مع فنجان زيت زيتون على النار ، ثم يترك حتى يصير فاترًا ثم يدهن به أماكن التشنج والألم العضلي ، ثم يكمد أو يدثر بالدثار الدافئ .

- يشرب مغلي المرمرية ، أو النعناع ، أو الشاي الأخضر للإجهاد العضلي .

- يؤكل الموز بكثرة مفرطة لذوي الأعمال العضلية ، أو الرياضات العنيفة .

* * *

العِظَـامُ

– يدهن بعصير السذب أو زيته لالتهابات العظام .

– يدهن بزيت الزيتون والكافور لآلام العظام .

– يشرب اللبن الرائب لهشاشة العظام .

– يؤكل اللفت والفجل والجزر والبطاطا للالتهابات وآلام العظام .

– يطحن حب الرشاد مع سكر نبات مع حمص مقلي ويسف ، وذلك لسرعة التئام الكسور .

– ولي هنا ذكرى تؤكد قيمة حب الرشاد في التئام الكسور : فقد وقعت حمامة ذات يوم أمامي فأمسكتها بيدي ، فوجدت على إحدى رجليها حبوب متراصة متلاصقة ، فنزعت هذه الحبوب ، وإذا بالحمامة قد ألصقت هذه الحبوب على رجلها ، والسبب أنها أصيبت بطلقة بندقية في رجلها ، فجبرتها بهذه الحبوب باللعاب اللاصق ، فما هذه الحبوب ؟ إنها (الثفاء) أو (حب الرشاد) ، فبحثت عنه في الكتب القديمة لكي أعرف مزاياه فوجدته نافع للقرحة ، يشفي من الكسور، فسبحان من علم تلك الحمامة علم الطب .

– كذلك من ضمن أدوية آلام الكسور عسل النحل مضافًا إليه الغذاء الملكي والذي يساعد بدوره على التئام الكسور ونافع لهشاشة العظام .

– يؤكل الملفوف ، والجريب فروت ، والبرتقال لجميع مشاكل العظام .

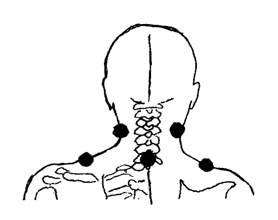
– يشرب الحليب والزنجبيل بالعسل لجميع مشاكل العظام أيضًا .

– توضع قطعة صبر اسقطرى بمقدار " واحد سنتيمتر مكعب " في لتر ماء ويشرب منه لالتئام الكسور .

– تطحن عروق المغات ويضاف ملعقة صغيرة على كوب لبن ويحلي بالعسل لسرعة التئام الكسور وتقوية العظام .

* * *

العقد الخنازيرية



وهي تشبه حبات العنب وتكون تحت الجلد .

ولعلاجها اتباع الآتي :

- يدهن المكان المصاب بها - وهي عادة تكون في الرقبة - بزيت السذب الدافيء ، أو زيت النعناع .

- وأفضل علاج لها الحجامة .

الحجامة :

كما هو في الشكل.

والله تعالى هو الشافي

* * *

العُقـم

قال تعالى: ﴿وَزَكَرِيَّآ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥ رَبِّ لَا تَذَرْنِى فَرْدًا وَأَنتَ خَيْرُ ٱلْوَٰرِثِينَ ﴿٨٩﴾ فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ وَوَهَبْنَا لَهُۥ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُۥ زَوْجَهُۥٓ ۚ إِنَّهُمْ كَانُوا۟ يُسَٰرِعُونَ فِى ٱلْخَيْرَٰتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۖ وَكَانُوا۟ لَنَا خَٰشِعِينَ ﴿٩٠﴾﴾ [الأنبياء].

وقال تعالى أيضا : ﴿فَقُلْتُ ٱسْتَغْفِرُوا۟ رَبَّكُمْ إِنَّهُۥ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾ يُرْسِلِ ٱلسَّمَآءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا ﴿١١﴾ وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَٰلٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّٰتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَٰرًا ﴿١٢﴾﴾ [نوح] .

فإنني والله أعرف أناسًا عولجوا من العقم بالاستغفار .

- والعقم له أسباب متعددة ، قد تكون عند المرأة ، وقد تكون عند الرجل ، وقد تكون عندهما معًا ، وقد يكون العقم بلا سبب ظاهري أو مجهول ، فقط تكون إرادة الله .

فمن أسبابه عند المرأة ، نذكر ما يلي :

١- الوزن الزائد ، وتراكم الشحوم وبخاصة منطقة البطن .

٢- انسداد في قنوات المبيض (فالوب) .

٣- وجود أكياس دهنية على المبايض .

٤- ضعف التبويض .

٥- اختلال هرموني .

٦- فطريات بالمهبل .

٧- ضعف المناعة .

٨- قرحة أو تليف بالرحم .

٩- أورام بالرحم .

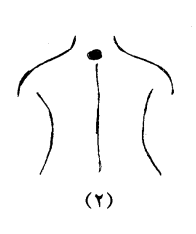
١٠- كبر السن ، وانقطاع الدورة .

والعلاج كالآتي :

١ - التمارين الرياضية ، والحمية الغذائية ، وحمامات الساونا والدفن بالرمال الحارة ، والحمامات المتصاعدة لإنقاص الوزن ، وإذابة الشحوم .

٢ - حمامات مقعدية ، و بخارية مقعدية ، و دش مهبلي بالماء الدافئ و العسل لانسداد القنوات .

٣ - التمارين الرياضية، و الحمية على العنب، و شرب الماء بالخل و العسل ، و أكل الجريب فروت ، و شرب عصير الجزر، والحجامة على القطن ، و أسفل السرة من يمين و يسار بمقدار أربعة أصابع للتكيس الدهني على المبايض و تنشيطها كما في الشكل (١).


(١)

تناول غذاء الملكات بالعسل مضافًا إليه لقاح النحل لتنشيط المبايض .

٤ - الحجامة على الكاهل كالشكل (٢) .

تناول العسل بالغذاء الملكي و لقاح النخل لمعالجة الخلل الهرموني.

٥ - غسول مهبلي بالماء و الشب البوتاسي ، و مغلي المرمرية .

٦ - لسع النحل مع شرب مغلي الحبة السوداء ، و دهان الجسم بزيت الزيتون الدافئ ، و شرب عسل النحل ، وأكل الجريب فروت و حساء الثوم لضعف المناعة إضافة إلى لسع النحل على القطن و هي الفقرات القطنية .

(٢)

٧ - الحقن المهبلي بعسل النحل ، والتدخل الجراحي مع الرقية الشرعية، و شرب ماء زمزم فإنه لما شرب له وذلك للقرح و الأورام والتليف .

٨- **الحجامة** : للأورام و شرب ماء زمزم ، و الرقية الشرعية مع استشارة طبيب حاذق متخصص بالأورام .

٩- لكل داء دواء إلا الهرم (الشيخوخة) .

نصيحة عامة و مفيدة للغاية :

- غسل الفرج بالماء قبل الجماع مباشرة يعين على الجماع ، و يعين على الحمل بإذن الله تعالى.
- شرب ماء فطر الكمبوشة يعين على الحمل بإذن الله تعالى.

(٣)

أما أسباب العقم عند الرجل :

١- دوالي الخصية .

٢- التهاب البروستاتا.

٣- ضعف الحيوان المنوي ، ضعف الحيوية .

٤- قلة أعداد الحيوان المنوي .

٥- التهاب مجرى البول .

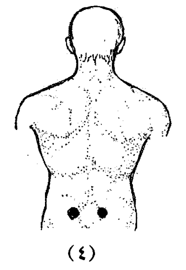
٦- ضمور الخصية .

٧- ضمور بخلايا المخ .

٨- أسباب غير معروفة .

قبل العلاج الدعاء و الاستغفار :

١- **الحجامة** : لدوالي الخصية كما في الشكل رقم (٣) أو الجراحة على يد طبيب ماهر مشهود له بنجاح هذه الجراحة .



(٤)

٢- **الحجامة** : على الفقرات القطنية لالتهاب البروستاتا و لتحسين أدائها كما في الشكل رقم (٤) ، مع

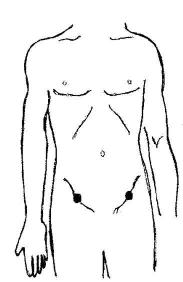
شرب عسل النحل و مغلي الحلبة و الحبة السوداء .

٣- تؤخذ يرقات ذكور النحل و تطحن و تخلط بعسل النحل و تشرب .

٤- لضعف الحيوان المنوي يؤخذ كيلو عسل نحل ، و يضاف إليه خمسون جرامًا من لقاح النخل (الدكار) + خمسون جرامًا من حبوب اللقاح لنبات البرسيم + عشرة جرامات من الغذاء الملكي ، و يؤخذ من هذا الخليط ملعقة صباحًا و مساءً.

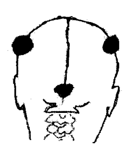
٥- يشرب مغلي الشعير ، و الحبة السوداء المُحلَّى بالعسل لالتهاب مجرى البول .

٦- **الحجامة** : أسفل البطن يمينًا و يسارًا لضمور الخصية كالآتي:

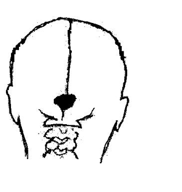


٧- يؤكل الجوز (عين الجمل) و البندق ، و الفستق مع عسل النحل مع الحجامة على القرنان و جوزة القمحدوة ، كما في الشكل رقم (١) .

٨- **الحجامة** : على جوزة القمحدوة ، كما في الشكل رقم (٢) ، مع قراءة الرقية الشرعية والشرب من ماء زمزم .



(١)



(٢)

العنـةُ

الضعف والبرود الجنسي

يقال للرجل: عنين – أي ضعيف جنسيًا – إذا لم ينتصب ذكره عند لقائه بزوجته، أو عند الإثارة الجنسية ، **وعلاجه كالآتي** :

– يؤكل حبُّ العزيز[1] ويطحن وينقع ويشرب منقوعه .

– تؤكل ثمار الكاكنج ، أو عنب الثعلب (الحرنكش) .

– ينصح بتناول المواد الغذائية الغنية بالفوسفور ، والمواد المشتملة على فيتامينات A , B, D .

– تؤكل العصافير وخاصة رؤوسها وأدمغتها .

– ينصح بتناول الفواكه بأنواعها، وفي وقت نضجها ، والحذر كل الحذر من الفواكه المهجنة وراثيًا أو المعالجة كيماويًا .

– ينصح بتناول البصل بأي طريقة سواءً كان نيئًا ، أو مشويًا أو مسلوقًا .

– ينصح بتناول خضار الهليون[٢] .

– ينصح بتناول المشروم[٣] .

– يؤكل الفستق الحلبي ، أو الجوز (عين الجمل) .

– ينصح بتناول الكمأة من أي نوع وخاصة النوع الزبيدي الأبيض[٤] وهو يخرج من صحراء مصر الغربية وخاصة في أماكن مرسى مطروح ، والسلوم ، وبرج العرب فهو من أفضل المنشطات الجنسية على الإطلاق .

– يؤخذ عسل النحل مخلوطًا بالغذاء الملكي ولقاح النخل فإن له أثرًا عجيبًا .

---

(١) ويُعرف بحب الزلم.

(٢) **الهيلون**: هو نوع من الإسبرجس.

(٣) **المشروم**: هو ما يعرف بفطر عيش الغراب.

(٤) هو المعروف في مصر بالترفاس.

- يؤكل فستق العبيد [1] .

- تؤكل لحوم السيبيا ، ولحوم الكلماري فإنها عجيبة الأثر .

- تؤكل لحوم الإخطبوط مشويًا فإن أثره أعجب العجب .

- وكذلك أكل ثعبان البحر ، شوربة أم الخلول ، وبلح البحر والجندوفلي [2] .

- يؤكل لحم المليسا [3] وهي بالغة الأثر .

- يؤكل **القلقاس** فإنه يزيد في المني ويقوي على الباءة - وقد وضعت تحته خط لأهميته وشدة مفعوله .

- يشرب عصير الجزر ، ويؤكل حب الرمان .

* فهذه تعد أهم العلاجات الغذائية ولكن هناك من الأعشاب ما له عامل السحر والفائدة في ذلك نذكر منها :

- بذور الكرفس : ويسف بعد طحنه ويشرب بعد غليه .

- بذور الفجل ، والبصل فيسلق ويشرب مغليا أيضًا .

- عرق الذهب ، والزنجبيل ، والقرفة ، والخولنجان ، وعرق إيكر وشرش الزلوع ، فتشرب إحدى هذه النعم مغلية في الماء بعدما تحلَّى بالعسل .

- تطحن جذور المغات وتنخل ، ثم تضاف إلى كمية عسل نحل حتى تصير معجونًا ، ويضاف إليها الفستق الحلبي ، ولب القرع العسلي ، ثم تؤكل منه ملعقة قبل الجماع بساعة تقريبًا .

* **المقادير** : ١ كيلو عسل نحل + مائتا جرام مغات + مائتا جرام فستق حلبي مدقوق + مائة جرام لب قرع عسلي مقشر ومطحون + عشرون جرامًا من الزنجبيل .

- يؤكل الجراد مسلوقًا أو مشويًا .

---

(١) هو الفول السوداني.

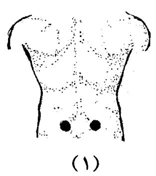
(٢) الجندوفلي: هو المعروف بالبكلويز.

(٣) المليسا: هي نوع من السحالي تشبه سمك السردين وتسمى سقنقور وسمك البر.

- الماء المُحلَّى بالعسل قبل الجماع يعين على الباءة ، وكذلك الملاطفة والمداعبة ، والعطر المستحب ، وتهيئة الجو المناسب من الإضاءة المريحة ، والبخور المستحب ، أو تعطير الجو بعطر محبوب ، وخاصة الوسائد .

* السواك فإنه يطيب رائحة الفم.

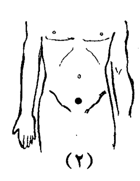
- مضغ الكبابة الصيني ، أو فص قرنفل ، أو قطعة خولنجان تحبب رائحة الفم ، وتجعل من القبلة قمة الإثارة والمتعة للطرفين


(١)

* **الحجامة :**

- تجرى حجامة على الفقرات القطنية - الرابعة والخامسة - كما في الشكل رقم (١).

- **الحجامة** فوق العانة أسفل المثانة كما في الشكل رقم (٢).


(٢)

- **الحجامة** على جوزة القمحدوة ، والذؤابة [١] كما في الشكلين رقم (٣) .


(٣)

- **السعوط** بعود الكست فإنه ينظف فضول الرأس والأنف فَيُثير مراكز التأثير .

* حمام البخار (الساونا) والسباحة فإنهما يعملان على تنقية الدم ، وتنشيط البدن .

(١) **الذؤابة**: هي موضع السجود في الوجه .

* **التدليك** : فيتم تدليك الرقبة والأكتاف والمثانة والفقرات القطنية بزيت الزيتون ، وزيت البردقوش ، وزيت النعناع ، ولهذا التدليك مبلغ الأثر والمفعول وخاصة لو كان بيد الزوجة .

* أما إذا كانت هذه العنة غير مرضية بأن كانت بسبب المسّ أو السحر فيرجى اتباع الآتي :

يتم أخذ سبع ورقات من أوراق شجرة السدر ، ثم تدق بين حجرين في كمية ماء تكفي للشرب والغسل، ثم تضع يدك اليمنى في هذا الماء وتقرأ ثفلًا آيات الرقية الشرعية ، وتدعو الله تبارك وتعالى أهل الثناء والمجد أحق ما قال العبد وكلنا له عبد ... ، ترجوه عز وجل وتدعوه دعوة المضطر إذا دعاه بأن يكشف السوء عنك وعن المسلمين ، ثم تشرب أنت وزوجتك من هذا الماء ثم تغتسلان منه أيضًا غسلًا شرعيًا بحيث لا يسقط منكما ماء على مكان يُمشى فيه باستمرار ، أو في مكان مصاب بالنجاسة كدورات المياه ومصارفها ، ويجمع الماء المتساقط منكما في إناء فيمسح به أركان المنزل فإذا تبقى شيء فيسقى به شجرة .

* **ملحوظة** : هذا الماء لا يسخن على النار أو بالسخان الكهربائي وإنما يدفأ على الشمس أو يستخدم باردًا .

- ويمكن تكرار هذه الطريقة.

ولكن الحذر كل الحذر من الذهاب إلى الدجالين والسحرة، فمنهم من يتنكر في اللحية ويتلفظ ببعض آيات القرآن الكريم وهو في الأصل ساحر ماكر فاجر وله علامات منها :

١- سؤاله عن اسم الأم ، أو الدعاء باسمك واسم أمك ، بقوله (فلان بن فلانة) هو دليل على اشتغاله بالسحر والشعوذة .

٢- كتابة القرآن الكريم بأحرف مقطعة ولهم في ذلك طرق: كتابة يكتبها مقطعة ثم يذوبها في ماء ويأمرك بأن تشربه ، أو كتابة حروف القرآن مقطَّعة في أوراق ويأمرك بتعليقها في رقبتك أو في ملابسك الداخلية (كالحجاب) .

٣- يكتب أحرف مجهولة (سريانية ، أو عبرية ، أو عربية) مقطعة على مسحاة (فأس) ثم يحميها في النار ، ويأمرك بالتبول عليها .

٤- وكذلك فإنه يطلب منك أثرًا كمنديل أو ثياب ، أو جزء من الشعر، أو قلامة الأظافر، أو دم الحيض ، أو ماء المني .

* أما السحرة المعروفين ، والمعلنين عن أنفسهم بأنهم سحرة فطرقهم معروفة وأشكالهم لا تخفى على أحد واعلم أخي المسلم أن من أتى ساحرًا فإنه ينطبق عليه ما جاء في حديث المصطفى ﷺ حيث قال: «من أتى كاهنًا ، أو عرافًا فصدقه فقد كفر بما أنزل على محمد»[1] . وقوله ﷺ : «من سحر فقد كفر»[2] . قد يقول البعض: أنا لم أقم بالسحر ، ولكنني أفك السحر. فنقول : سحر بسحر ، كفر بكفر ، والعياذ بالله .

فإذا استعنت فاستعن بالله.

وقل حسبي الله ونعم الوكيل .

* * *

---

(١) رواه أحمد وأصحاب السنن الأربعة إلا النسائي.

(٢) عبد الرزاق في مصنفه (١٩٧٧٢) .

الغدد

وهي أنواع نلخصها فيما يلي :

١ - **الغدد الدرقية** : وعلاجها كما يلي :

- يؤكل ورق اللفت الأخضر ، وكذا الهندباء البرية .

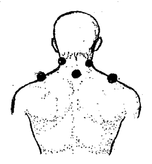
- يشرب مغلي الطحلب [١] ثمار البامبوزا .

- يؤكل التوت الشامي ويشرب عصيره .

- يضمد مكان الألم بمبشور البصل والملفوف لتضخم الغدد الدرقية .

* **الحجامة** :

تجرى حجامة على الأخدعين ، والكاهل ، والترابيس[٢] كما في الشكل:



- يمنع أكل الملفوف واللفت ورأس الفجل والثوم والبصل .

- يؤكل الزبادي بعسل النحل .

٢ - **الغدد النكفية**: وعلاجها كالآتي :

- تطبخ بذور الكتان ويضمد بها .

- يطبخ حبُ الرشاد ، ويشرب ماؤه ويضمد بالبذور .

- يشرب عسل النحل ممزوجًا بالماء أو الزبادي .

---

(١) **الطحلب**: هو الفوقس الحوصلي.

(٢) **الترابيس**: هي العضلات التي بين الرقبة والكتف .

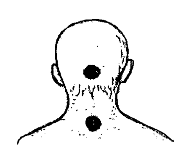
- يؤكل الملفوف الطازج ، واللفت الطازج .
- يطبخ الثوم ويشرب مع حسائه شربًا .

٣- **الغدد الصماء** : وعلاجها كالآتي :

- تؤكل الفواكه والخضروات الطازجة نيئة.
- يشرب عسل النحل مع الزبادي .

*** الحجامة :**

تجرى الحجامة على مؤخرة الرأس والكاهل كما في الشكل :



٤- **الغدة الكظرية** : وعلاجها كالآتي :

- يؤكل الكرفس طازجًا .
- تؤكل الخميرة البيرة مرتين – على الأقل – يوميًا .
- يؤخذ زيت الزيتون شربًا بمقدار ملعقتين يوميًا .
- يؤخذ ثلاث نقاط – على الأقل – يوميًا من زيت كبد الحوت .
- تطبخ الخبيزة ، والسلق ، والشبت وتؤكل .
- تؤكل البقلة الحمقاء [1].

*** الحجامة :**

فتجرى الحجامة على يمين ويسار الفقرتين الخامسة والسادسة – كما في الشكل.

---

(١) البقلة الحمقاء: هي الرجلة .

فقـــر الـــدم
الأنيميا

ولعلاجه عدة أشياء نذكر منها ما يلي :

- يشرب مغلي العرقسوس ، وشراب التوت .
- يؤكل البنجر الأحمر ، ومغلي زهر الأقحوان .
- يشرب مغلي العصفر ، ويؤكل الزبيب .
- تؤكل الكبد بأنواعها والرمان بشحمه .
- يؤكل التمر والعجوة ، وكذا الحلاوة الطحينية .
- يؤكل أيضًا دبس قصب السكر مضافًا إليه طحينة السمسم .

* * *

الفَوَاقْ (الزُغُطَّة)

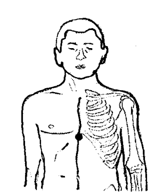
الفواق أو الزغطة كما تسمى بالعامية المصرية هي حالة التواء في المريء ينجم عنها حالة من التشنج العضلي بالمريء يشاهد ويسمع بصوت معروف أحيانًا يكون بسيطًا لا يتعدى ثلاث دقائق وأحيانًا يستمر لأيام وأسابيع مما ينهك المريض ويمنعه من النوم ويحرمه من ابتلاع الغذاء وأحيانًا الماء.

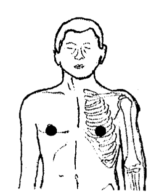
- العلاج المجرب في الحالة البسيطة هي الضرب ضربات خفيفة براحة اليد على ظهر المريض خلف الصدر.

- العلاج المجرب في الحالة المزمنة هو أن يستلقي المريض على جانبه الأيمن ويشرب هذا المستحضر في شق فمه الأيمن وهو مستلقي على جانبه، ثم يقوم ويستلقي على جانبه الأيسر ويشرب من نفس المستحضر في شق فمه الأيسر وهو مستلقٍ على جانبه، والشاهد شفاء الحالة فورًا بإذن الله.

والمستحضر: كوب ماء + خمس فصوص حب هيل (حبهان) + نصف ملعقة عود القسط يغلي لمدة عشر دقائق ثم يبرد ويشرب بالكيفية السابقة.

ثانيًا: إجراء الحجامة على جانبي العمود الفقري فوق آخر ضلعين وعلى بعد ثلاثة أصابع من العمود الفقري ومن الأمام عمل حجامة على عظمة القص .





* * *

القرحة

* القرح الجلدية تعالج بضماد العسل ثم تعالج بالحناء .

* أما علاج قرحة المعدة ، والإثنى عشر ، والقولون فعلاجها كالآتي:

- يشرب مغلي حب الرشاد المُحلَّى بالعسل .

- يشرب مغلي العرقسوس .

- يشرب الحليب الممزوج بالعسل .

- يشرب مغلي زهور الخطمية بالعسل .

- يشرب مغلي الشعير المُحلَّى بالعسل .

- تؤكل أوراق الرجلة ويشرب مغلي بذورها .

- يذاب الصمغ العربي في ماء دافئ ويُحلَّى بعسل ويشرب على خلاء معدة (نصف ملعقة في كوب بارد).

- يوصى بشوربة الخضار المكونة من :

الدباء ، السلق ، الفاصوليا الخضراء ، الجزر ، القرنبيط ، البطاطس ، الخبيزة ، الرجلة ، الكرات ، الكرفس ، الخرشوف (أرض شوكي) .

- يشرب مغلي أوراق وزهور الريحان ، وتؤكل ثمار التين الشوكي .

- يشرب عصير الجزر ، ومغلي المرمرية ، مع حب الرشاد .

* * *

القراع

وهو مرض يصيب فروة الرأس ، وهو نوعان :

أحدهما يسمى قراع إنجليزي ، والثاني قراع عسلي ، وهو أملس لامع وعلاجهما كالآتي :

- تُطلَى الرأس بكبريت عمود مطحون ، ومعجون بعصير ليمون ويكرر حتى يزول – إن شاء الله تعالى .
- تُطلَى الرأس بالقطران .
- تُطلَى أيضا بمهروس فطر الكمبوشة .
- تُطلَى كذلك بلبن شجر الجميز ، أو صبار المكرونة .
- تُطلَى بالصبر المر .

القلاع

وهو مرض فطري بالفم واللسان – وكثيرًا ما يأتي للأطفال الرُّضَع – وعلاجه كالآتي:

- تدق أوراق الزربيخ ويدهن بها الفم واللسان .
- يُطلَى الفم واللسان بشراب التوت الشامي .
- تمضغ أوراق الحناء ويتم بلعها بعد مضغها .
- يؤكل اللبن الزبادي بالعسل .

* * *

القلب

إذا كان مريض القلب بدينًا ينصح بعمل حمية غذائية منتظمة لتقليل وزنه وتخفيفه .

* وأمراض القلب عديدة ولكن في مجملها ينصح بالتسرية عن المريض لرفع روحه المعنوية ، وإزالة أحزانه ، ويحتمي على الفاكهة الطازجة ، وشوربة الخضار ، وشوربة الأسماك .

- ومن اللحوم يحتمي على لحوم الأرانب .
- ويؤكل الجراد مشويًا أو مسلوقًا .
- عسل النحل على الدوام لمريض القلب .
- اللبن الرائب (الزبادي) بالعسل لمريض القلب .
- الحلبة المستنبتة مفيدة جدًا لمرضى القلب ، وكذلك شوربة الفول النابت بالنعناع والريحان.
- زهر الريحان مع اليانسون المُحلَّى بالعسل لتقوية عضلة القلب .
- زهر لسان الثور يغلي في الماء ويُحلَّى بالعسل لتنظيم ضربات القلب .
- يؤكل حب الرمان لضيق الشريان التاجي .
- ينصح بزيت الزيتون مع نقاط من الخل أو الليمون فهو مفيد للقلب .

* **الحجامة :**

يتم إجراء الحجامة أسفل الثدي الأيسر ، والنقطة المقابلة لها في الظهر لارتشاح عضلة القلب ، والتهاب غشاء التامور وضيق صمامات القلب والذبحة الصدرية ، كما في الشكل.

القمل

– يدهن الشعر بزيت برافين ويضاف إليه زيت اليانسون ، ثم يمشط الشعر بمشط دقيق الأسنان ليخرج ما فيه من فضلات .

– أيضًا : يغسل الشعر بالماء الناتج عن سلق الليمون فإنه يقتل القمل والحشرات الضارة للرأس والشعر .

القيء

– يشرب النعناع المُحلَّى بالعسل .

– يشرب البردقوش المُحلَّى بالعسل .

– يؤكل الرمان السكري لإيقاف القيء .

– تؤكل الرجلة لغسل المعدة وتنظيفها .

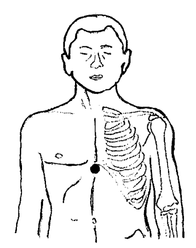
– يشرب السكنجبين لقيء الحمل .

– تشرب المليسا (الترنجان) للقيء .

– يشرب منقوع التمر هندي لحرقة المعدة .

*** الحجامة :**

تجرى الحجامة على فُم المعدة – عظمةُ القص – كالشكل التالي :



* * *

الكبد
" أعاذنا الله من آلامه "

وطرق علاجه مختلفة وكثيرة نجملها فيما يلي :

– يؤخذ الكركم الأصفر مضافًا إلى الحليب الساخن ويُحَلَّى بعسل النحل لجميع أمراض الكبد .

– تؤكل الهندباء البرية لإدرار الصفراء .

– تؤكل الرجلة لأمراض الكبد .

– يؤكل القرع العسلي مسلوقًا في الحليب مُحَلَّى بالعسل لجميع علل الكبد .

– يشوى الدباء ويؤكل لاستسقاء الكبد .

– يؤكل الخرشوف (الأرضي شوكي) لجميع أمراض الكبد .

– يؤكل حساء التلبينة [1] مضافًا إليه الجزر المسلوق ، أو القرع العسلي لجميع أمراض الكبد .

– يشرب عسل النحل مضافًا إليه حبوب لقاح زهرة البرسيم .

– يشرب نقيع العرقسوس بدون كربوناتو لأمراض الكبد .

– يتم غلي ورقتين من ورق اللورو (الغار) مع قشرة من قشر يوسفي أو البرتقال ثم تغطى حتى تهدأ حرارتها وتُحَلَّى بعسل نحل ثم تشرب ، فهي مفيدة للكبد والمرارة .

– يشرب مغلي الحصالبان لحصوة المرارة .

– يشرب عصير الجزر خمس مرات على الأقل – يوميًا .

– يؤكل السلق ويطبخ حساءًا ويشرب ماؤه .

*** الحجامة :**

إن أفضل علاج الكبد على الإطلاق هو الحجامة ، فتجرى خمس مرات ، مرة كل شهر – كما تجرى تحاليل وظائف الكبد قبل الحجامة ، وبعد انتهاء فترة العلاج بالحجامة حتى نتأكد من الحجامة – وها هي أماكن إجراء الحجامة في معالجة أمراض الكبد عمومًا كما هو مبين بالشكل.

---

(١) **التلبينة:** هي مطحون الشعير بنخالته .

الكلى
(التهاب - قصور)

وعلاجه كما يلي :

- مغلي الشعير مع الحلبة والقرفة مُحلًّى بالعسل لالتهاب الكلى .
- مغلي حب الرشاد مع القرفة مُحلًّى بالعسل للأملاح والصديد بالكلى .
- عصير الجزر والبرتقال لالتهاب الكلى والحصاة .
- عصير العنب لتنقية الكلى .
- عصير القصب لتنقية الكلى وتفتيت الحصوات .
- تعصر الهندباء ، وتؤكل أوراقها لقصور الكلى .
- ماء زمزم لشفاء الكلى من كل عللها وأمراضها .
- يشرب مغلي الروزميرى (حصالبان) لالتهابات الكلى .
- يشرب السكنجبين لقصور الكلى .
- يشرب شراب التوت الشامي لالتهابات الكلى .
- يؤكل القلقاس لهزال الكلى .
- يؤكل حب العزيز لهزال الكلى .
- يؤكل البصل الأخضر لتنقية الكلى .
- يشرب زيت الزيتون مع الليمون لتنقية الكلى .

* **الحجامة** : (كما في الشكل) .

- الحمام التصاعدي لبرد الكلى والدثار الجاف لجميع متاعب الكلى .

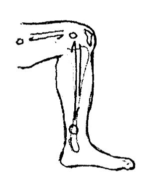
* * *

الكساح

- الرضاعة الطبيعية أفضل حماية من مرض الكساح .
- التعرض للشمس والهواء النقي لعلاج الكساح .
- تؤخذ منتجات الألبان ، والبيض المسلوق .
- جنين القمح مع الزبادي والعسل .
- تذاب الخميرة البيرة في ماء بارد وتشرب لمقاومة الكساح .
- تدليك الساقين بزيت الزيتون الدافئ مع قراءة القرآن وذلك لعلاج علل الكساح .

*** الحجامة :**

وتكون حجامة جافة منزلقة بحركات منزلقة عكسية على زيت زيتون ، ونعناع لمعالجة الكساح، ويعرض بعدها لأشعة الشمس وذلك كما في الشكل :



* * *

الكلف والنمش وحب الشباب

لعلاج مثل هذا النوع يرجى عمل قناع مكون من :

كوب دقيق ترمس مر + كوب ماء + نصف ملعقة حب الرشاد + نصف ملعقة بذر قطونا + ملعقة عسل نحل .

وطريقته كالآتي :

يوضع حب الرشاد وبذر القطونا في الماء ثم يغليان معًا لمدة خمس دقائق ، ثم يضاف إليه عسل النحل ثم يضاف إليه دقيق الترمس ويقلب الجميع حتى يصير كالمرهم ، ثم يوضع على أماكن الإصابة ويترك لمدة عشرين دقيقة ، ثم يزال بالماء الدافئ وقليل من عصير الليمون ويكرر القناع ثلاث مرات ، أوخمسة مرة كل يومين .

* وهناك وصفة أخرى لعمل القناع كالآتي :

يضرب الخيار مع الزبادي وعسل النحل في الخلاط ثم يوضع على الوجه على هيئة قناع ولمدة عشرون دقيقة ثم يزال بالماء الدافئ .

والله الشافي فادعوه يستجب لكم

* * *

الكـــوليرا

من علاجاتها :

- حساء الثوم والليمون ، ومعه مغلي الريحان .
- يطحن السماق وبذور الكسبرة ويسف فله فائدة عظيمة .
- الزبادي مع عسل النحل .
- تمضغ الحبة السوداء مع الثوم .
- حساء الشعير والسلق ويقصد بالشعير التلبينة .
- حساء التلبينة مع الجزر .
- حساء التلبينة مع الرجلة .

* * *

الكوليسترول

من علاجه :

- يؤكل الثوم بأي شكل كان طازجًا ، أو مسلوقًا لإذابة الكوليسترول .
- الاعتماد على زيت الزيتون كغذاء أساسي مع الزعتر .
- الاعتماد على اللبن الرائب وعسل النحل لإنقاص الكوليسترول .
- تؤكل الهندباء البرية ويشرب عصيرها .
- يشرب عصير الجزر بانتظام .
- الحمية الغذائية على العنب فهي ممتازة في علاج زيادة الكوليسترول .
- تؤكل ثمار البابموزا ، والتوت الأسود .
- يؤكل جوز الهند ، والاعتماد على زيته في الغذاء .

الصيام :

فيجب صيام رمضان ، ويفضل صيام الاثنين والخميس من كل أسبوع ، وصيام الأيام الوسطى من الشهر العربي .

- حمام البخار (الساونا) فهو مفيد في تنقية الدم .

*** الحجامة :**

تجرى الحجامة على الكاهل ، ووسط الضلع الأخير الأيمن فإنها نافعة لإدرار المرارة وضبط الكوليسترول . كما هو موضح بالشكل:

* * *

اللـــثة

لعلاجها اتبع الآتي :

- التسوك بعود الأراك أفضل وسيلة للحفاظ على اللثة .

- يؤكل اللفت الطازج لشد وتقوية اللثة .

- يؤكل الفجل لشد ترهلات اللثة .

- تؤخذ أوراق المندلية (ذات الأثر العجيب في علاج اللثة) ويفرك بها اللثة فتخرج فضلاتها وتنقيها من الجيوب الصديدية والدموية .

- يمضغ الكندر ، والمصطكي فإنه يشد اللثة ، وينقي الأسنان ويطيب رائحة الفم .

* * *

اللقوة

هو التهاب وارتخاء العصب الخامس والسابع ، ينتج عنه ارتخاء في عضلات شق الوجه ، ويصاب الفم بالاعوجاج مع فتح إحدى العينين ، وعدم القدرة على إغلاق الجفن حتى مع النوم .

ولعلاجه يُنصح بالآتي :

- يفيد أكل حب البطم[1] لعلاج اللقوة ، وشرب الخميرة .

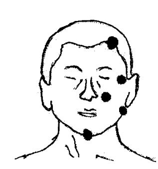
- التدليك بزيت الزيتون والبردقوش لجميع عضلات الوجه .

- يجالس المريض شخصًا أو أشخاص خفيفي الظل كثيري النكات - بغير كذب - حتى يثيروا ضحكه ؛ لأن أفضل تمرين وتدليك لعضلات الوجه هو الضحك .

- يستعط النشوق بمطحون عود الكست مرارًا وتكرارًا .

* **الحجامة :**

حجامات جافة لمدة ثلاثة أيام على الوجه ، وأسفل الذقن والربع الأمامي من الرأس ، ثم في اليوم الرابع توضع محاجم صغيرة الحجم على الأماكن المشار إليها في الشكل التالى :



- ولو وجدت ديدان العلق ووضعت على هذه الأماكن لكان أفضل ، ثم يكمد بالكمادات الدافئة بعد أربع ساعات .

* * *

(١) **البطم:** الحبة الخضراء .

اللوزتان

لعلاج اللوزيتن نتبع الآتي:

- يغرغر المريض بمغلي عرق الحلاوة دافئًا .
- يغرغر أيضًا بشاي وليمون (بدون سكر) .
- يسلق الليمون بقشره ويغرغر بمائه .
- يمضغ فص ثوم ببطء ثلاث مرات يوميًا .
- يؤكل اللفت بدون تمليح .
- يؤكل ورق الكرنب الطازج .

*** الحجامة :**

يتم إجراء الحجامة على الكاهل والترابيس كما في الشكل:

فإنه أفضل علاج لالتهاب وتضخم اللوزتين المتكرر .

مسامير القدم
(كاللو – ثآليل)

وعلاجه كالآتي :

- يوضع البروبليس ، ويسخن قليلًا على الكاللو ويضمد عليه يومين متتالين ثم يزال مع الكاللو .
- يجمع شعاع الشمس بعدسة محدبة على الثؤلول حتى ينفجر ولا يعود له أثر.

والله وحده هو الشافي

* * *

المعدن

(نقص المعادن)

ويقصد به نقص المعادن، ولزيادتها يرجى اتباع الآتي :

- يؤكل التمر والرطب والعجوة لنقص المعادن كلها . فالتمر يسميه علماء التغذية (المنجم) ؛ لأنه يحتوي على كل العناصر المعدنية .
- عسل النحل غني بكل الفيتامينات والمعادن .
- الموز غني جدًّا بالبوتاسيوم .
- البيض والبطارخ غنيان جدًّا بالفوسفور .
- لحم سمك السيبيا غني بالفوسفور .
- عظم سمك السيبيا (لسان البحر) غني جدًّا بالكاليسوم .
- يوجد الحديد في: التفاح ، السبانخ ، التمر ، دبس قصب السكر .

* * *

ولعلاجه ما يأتي :

* **القيء :**

يتقيأ المريض أولًا فتستريح معدته من المغض والتقلصات .

- يشرب مغلي النعناع لتهدئة المعدة بعد القيء .

- يشرب مغلي بذور الكراويا للمغص .

- تؤخذ الخميرة في ماء بارد لتبريد المعدة ومعادلة حموضتها .

- يشرب السكنجبين لدفع السموم من المعدة والأمعاء .

- تشرب القرفة مع الزنجبيل لبرد المعدة .

- يشرب مغلي الزعتر للمغص .

- يشرب مغلي بذور اللفت لدفع سموم المعدة .

- يشرب فنجان زيت زيتون مع عصر نصف ليمونة لمغص المرارة .

* **الكمادات :**

- يكمد بالماء الحار على الجانب الأيمن من البطن لمغص المرارة .

- يكمد بالماء الحار على الجانبين أسفل الظهر للمغص الكلوي .

- يكمد بكمادة باردة ولا يشرب أي مشروب ساخن لمغص الزائدة الدودية ، وينقل المريض للرعاية الطبية فلربما تحتاج لجراحة .

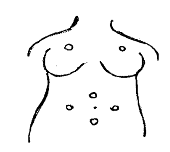
- يشرب مغلي الهيل (الحبهان) للانتفاخ والمغص .

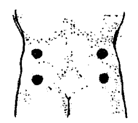
- يؤخذ مر البطارخ لمغص القولون .

- يطحن عود القسط ، ويؤخذ ملعقة صغيرة في كوب ماء دافيء لمغص القولون (القولنج) .

* **الحجامة :**

حجامة على الظهر للقولون العصبي ، وحجامة جافة حول السرة وأعلى الثديين لآلام الطمث كما يظهر في الشكلين:





* * *

الملاريا

- يشرب مغلي الشعير والحلبة لحمى الملاريا .
- تؤكل الحبة السوداء بالعسل والحليب .
- يُغلَى لحاء الكينا ويشرب (أنفع ما يكون للملاريا) .
- يشرب فنجان زيت زيتون + نصف ملعقة عصير ليمون .
- يشرب مغلي المرمرية .

* التدثير الجاف :

وذلك لإثارة الجسم وإفرازه العرق فهو جيد جدًّا للملاريا . ويشرب بعدها السكنجبين .

* * *

النتن
(رائحة كريهة)

- وهي إما رائحة كريهة بالفم ، أو بسبب العرق :

* فلنتن رائحة الفم يرجى اتباع الآتي :

- تمضغ الكبابة الصيني ، ويستاك بالسواك .

- يغرغر بمغلي عرق الحلاوة .

- يشرب البردقوش والنعناع وزهر الريحان .

- تمضغ أوراق الليمون ، والنارنج ثم يثفل .

- يستنشق مطحون عود القسط .

- يؤكل اللفت طازجًا .

- تدلك اللثة بأوراق المندلية.

* أما النتن الناتج عن رائحة العرق ، فيرجى اتباع الآتي:

- حمامات البخار (الساونا) .

- الحمام التصاعدي مع خلاصة الريحان تارة وخلاصة المرمرية تارة أخرى . ثم يدلك البدن ، وبخاصة تحت الإبطين ، وبين الفخذين ، والأنثيين بمطحون الشب البوتاسي والمسك الأبيض .

- تؤكل أوراق الخرشوف ، ويشرب مغلي جذوره لنتن رائحة العرق ، فإنه عجيب الأثر .

واسألوا الله الخير دائمًا

* * *

* علاجها كالآتي :

- يسلق الليمون ، ثم يؤخذ ماؤه ، ويُحلَّى بالعسل ثم يشرب .

- يسلق الشعير مع زهر الريحان ويُحلَّى بالعسل ثم يشرب .

- يؤكل الزبادي بالعسل .

- يشرب عصير الجريب فروت ، و يشرب عصير الجزر ، و يشرب مغلي الزنجبيل .

* **التدثير الجاف** : (للنزلة الشعبية) .

* **التدليك** : يدلك منطقة الصدر والظهر بزيت الزيتون الدافئ والبردقوش ثم يدثر بالدثار الدافئ .

* * *

النزف

* فالنزف المعدي والمعوي يشرب له مغلي زهر وأوراق الخطمية .

- يسلق حب الرشاد ويشرب ماؤه بعد تحليته بالعسل .

- يؤكل مسلوق السلق والخبيزة .

- يشرب مغلي قشر الرمان .

- تؤكل أوراق الرجلة خضراء .

* أما بالنسبة للنزف الرحمي :

- يغلى قشر الرمان + عفص + مرمرية ، وتحتقن المرأة بمائه عدة مرات .

- الحمام المقعدي : فتقعد المرأة في ماء دافئ ، يضاف إليه مغلي الشب البوتاسى + عفص + مرمرية .

- البخور وهو كالآتي :

- تبخر المرأة بدخان خشب السدر .

- تبخر المرأة بدخان خشب الطرفاء .

- تبخر المرأة بدخان صمغ الأنجدان (الحلتيت) .

- تبخر المرأة بدخان عود القسط .

* تدق أوراق الرجلة وتبلل قطنة بعصيرها وتحتملها المرأة لوقف النزف الرحمي ، كما تحتقن بماء الرجلة لوقف النزف الرحمي .

- تبلل قطنة وتشبع بعسل النحل ، وتوضع مكان الضرس المخلوع فتوقف النزف .

- تحرق أوراق البردي ويذر رمادها على الجرح النازف فيوقف النزف .

* * *

- وخير علاج لها الفواكه الطازجة ، وعسل النحل ، واللبن الرائب ، وشوربة الخضار .

- مغلي الشعير وحب الرشاد فهما مفيدان جدًّا للنقه .

- الحمامات المعتدلة فهي مفيدة جدًّا للنقه .

- التدليك بزيت الزيتون ، وزيت البردقوش ، فهما عظيما الفائدة أيضًا للنقه .

* * *

النقرس

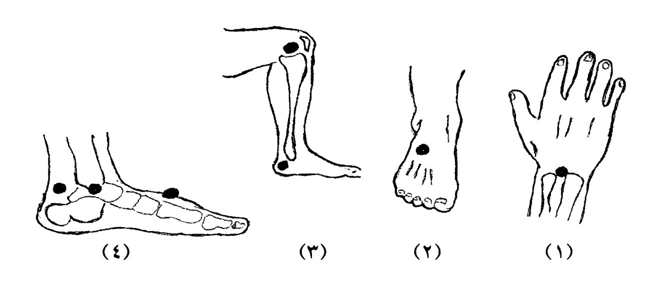
يفيد في علاجه مغلي حب الرشاد ، وبذور الحرمل .

- كذلك مغلي حب العرعر .

- وأيضا أكل الفاصوليا الخضراء حساء فهي مفيدة للنقرس .

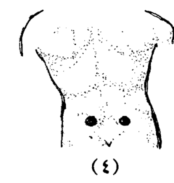
* **الحجامة :**

فهي أنفع علاجات النقرس وطريقة الحجامة : إجراء حجامة على الكاحلين ، والركبتين ، والكاهل كما في الأشكال (١) ، (٢) ، (٣) ، (٤) :



(٤) (٣) (٢) (١)

* إجراء حجامة فوق الكلى من الظهر كما في شكل رقم (٥):



(٤)

* حمامات البخار (الساونا) مفيدة للنقرس .

* الحمام التصاعدي مع مغلي حصالبان للنقرس .

* * *

الـــورم

في البداية إن شرب ماء زمزم فيه شفاء لكل الأمراض - بنية الشفاء وخالص الدعاء- فهو طعام طعم وشفاء سقم ؛ فخير وسيلة علاجية للأورام هي الشرب من ماء زمزم بنية الشفاء .

* **الماء** : عند الشعور بالعطش يقرأ على الماء ثفلًا الآتي :

فاتحة الكتاب ، آية الكرسي ، المعوذتان ، ويشرب ويسأل الله تعالى الشفاء فهو سبحانه الشافي لكل الأمراض .

- يؤكل الملفوف الطازج والقرنبيط ، والبروكلي .
- تؤكل الهندباء البرية ، والبقلة المباركة .
- يستدام أكل حساء التلبينة والدباء .
- المداومة على ملعقة زيت زيتون قبل كل وجبة .
- يذهب المريض إلى مراعي الإبل ويشرب من بولها ولبنها ، مع النظام الغذائي الموصى به .
- يكمد بمدقوق ورق الريحان على مكان الورم .
- يتخذ من الثوم والبصل والسلق ومطحون الشعير حساء .

* **الحجامة** :

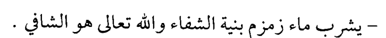
يتم إجراء حجامة على أماكن الورم مرة كل أسبوعين .

الكي : يكوى أماكن التأثير على الورم والتكميد بعدها بورق الخروع لمدة أربعين يومًا، مع الحمية الغذائية على الخبز وعسل النحل ولحم الأرانب ومرقها وشوربة الخضار، مع عصائر الفواكه .

* * *

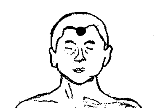
الوسواس القهري

- تقرأ الرقية الشرعية على ماء ويشرب هذا الماء مرارًا وتكرارًا .



- يشرب ماء زمزم بنية الشفاء والله تعالى هو الشافي .

* **الحجامة :**



يتم إجراؤها على مؤخرة الرأس ، وموضع السجود كالشكل الذي نراه أمامنا ، فهو مفيد للوسواس القهري مع قراءة الرقية الشرعية أثناء إجراء عملية الحجامة .

الولادة

لتحمية الطلق وتسهيل الولادة اتبعي الآتى :

- يؤكل البلح الرطب ، أو التمر منقوعًا في الماء .
- يشرب مغلي اليانسون مُحَلًّى بالعسل لتسهيل الولادة .
- كف مريم [1] ينقع في الماء البارد ليلة الولادة ثم يشرب ماؤه لتحمية الطلق ، وتسهيل الولادة .
- رياضة المشي في الشهور الأخيرة تسهل عملية الولادة في (حينها وموعدها) .
- مضغ الكندر يفيد الأجنة .
- الجماع ليلة الولادة يسهل عملية الولادة .

والله تعالى هو الشافي .

فادعوه يستجب لكم أعاذنا الله وإياكم من البلاء وعظم الداء .

---

(١) كف مريم: هو نبات صحراوي.

الشعر

إنه من المسلم به أن الشعرهو تاج الجمال على رأس الرجل والمرأة على حد سواء ؛ لذا كان من النُّسك في عبادات الحج والعمرة ، وذبح الأضاحي حلق الرجل لشعره لأن ذلك فيه تأكيد المذلة لله عز وجل بخلع ذلك التاج الرباني ودفنه في التراب .

* ولما كان الشعر تاجًا للجمال وحماية للرأس من حرارة الشمس في الصيف، وبرد الطقس في الشتاء ؛ فإنه كأي عضو من أعضاء الجسم يَعرِض له ما يعرِض لباقي الأعضاء ، كما يستجيب ويتضامن ويتداعى مع أعضاء الجسد بالسهر والحمى . فنراه يتساقط عند المرض ، وكذا عند الضعف ، ونراه يشيب عند الأحزان ، فالشعر تاج الجمال ومرآة للصحة البدنية والنفسية .

* وهنا عزيزي القارئ وعزيزتي القارئة سنستعرض سويًّا فيما بعد بعض المشكلات التي تصيب الشعر وسبل علاج هذه المشكلات بإذن الله – تعالى – فهيا بنا .

أولًا : تساقط الشعر

يتساقط الشعر بصورة طبيعية مع تمشيط الشعر عند النساء إذا كان بمعدل مائة شعرة في المرة الواحدة ، أما إذا زادت النسبة على ذلك فيكون لذلك سببًا ، فقد يكون عرضًا لحالة نفسية أو مرضية أو عضوية ، فمثلًا التوتر الناتج عن قرب موعد الامتحانات ، أو اتفاق على خطوبة ، أو إعلان نتيجة امتحان ، أو غياب حبيب في سفر ، أو حزن لمصيبة أو غير ذلك فهذا يكون سببًا طبيعيًا لتساقط الشعر تساقطًا غير طبيعي ، وعلاج ذلك يكون بزوال السبب أو التذكرة بالله عز وجل والنصح بالرضا بما قسمه الله .

وإقناع المريض بأن هذا أمر طبيعي لذلك السبب . كما ينصح بتناول عسل النحل والخميرة ، وعصير الجزر ، وشرب اللبن ،وتناول ثلاث نقاط من زيت كبد الحوت يوميًّا .

– أما إذا كان هذا التساقط نتيجة تناول نوع معين من الأدوية يراجع الطبيب المعالج حتى يستبدل الدواء .

- وغالبًا ما يكون التساقط بسبب نقص الحديد (أنيميا) ونقص فيتامين B ؛ فيعوض ذلك بتناول الدبس والتمر وخميرة الخبز والفواكه والخضروات الطازجة .

* الخلاصة : أن علاج تساقط الشعر يبدأ بالمعالجة النفسية ثم المعالجة الغذائية ، وفي المراحل الأخيرة يعالج ببعض الزيوت المعينة على تغذية فروة الرأس خارجيًا مثل زيت الزيتون ، الخروع ، الجرجير ، وجوز الهند .

* أما إذا كان التساقط قراعيًا ؛ فقد سبقت الإشارة إلى هذا النوع في الصفحات السابقة ، وكذلك الثعلبة فسبقت الإشارة إليها في باب ثعلبة .

ثانيًا : تقصف الشعر

يتقصف الشعر لعدة أسباب أهمها :

- نقص الفيتامينات ، والمعادن .
- كثرة استخدام الصبغات الكيميائية في الشعر .
- التعرض لأشعة الشمس المباشرة باستمرار .
- الماء المالح بدون حماية للشعر .

* وعلاجه كالآتي :

- تعويض الجسم بما يفتقده من الفيتامينات والمعادن ، وذلك بكثرة تناول الفواكه الطازجة والتمر ، والرطب ، والدبس وتناول السلطات المشكلة ، وتناول الأسماك بأنواعها ، والبعد كل البعد عن تناول المعلبات ، والمياه الغازية .

- دهن الشعر بزيت الزيتون ، وزيت جوز الهند ، وزيت نخاع الثور ، مع قليل من زيت اللوز ، وزيت الخروع ؛ فيعطي ذلك الشعر نعومة ورونقًا ولمعانًا ، كما يعالج التقصف بصورة مذهلة .

ثالثًا : فرد الشعر

إذا كان الشعر مجعدًا ، فاحذري كل الحذر سيدتي وآنستي من استخدام المكواه الكهربائية ، والكريمات الكيميائية .

واعلمي أن الطبيعة فيها ما يغنيك عن ذلك ولكن قليل من المجهود والعناية .

* لفرد الشعر يرجى اتباع الآتي :

– يطحن الترمس البلدي طحنًا ناعمًا ، ثم ينخل بمنخل ناعم بكمية تكفي الشعر ، أو كمية مناسبة للشعر .

– خذي ملعقة كبيرة من بذور حب الرشاد + ملعقة صغيرة من بذر القطونا ، ثم تغليهما في كوبين من الماء ، أثناء الغليان يتم تقليبهم على النار حتى يصير قوامهما جيلاتينيًا ، ثم صفي الماء من البذور واعجني دقيق الترمس بالماء ، ثم قسِّمي الشعر إلى خصلات ، وضعي عليها العجين المناسب حتى تتشبع الخصلة مع فردها وإلصاقها كلية ثم غطيه بغطاء بلاستيكي ، ويستمر ذلك ولمدة ست ساعات متواصلة ، ثم يزال بحمام دافئ ومشط واسع الفتحات .

– وأثناء وضع العجينة على الشعر لمدة ست ساعات نُحضِّر ذلك الكريم ليوضع على الشعر بعد غسل وإزالة العجينة وتركيبه كالآتي :

كوب زيت زيتون + مائتان وخمسون جرامًا من شمع النحل النقي + خمسون جرامًا من عسل النحل النقي .

فيوضع زيت الزيتون في قدر على نار هادئة ، ويكسر شمع النحل ويوضع في الزيت حتى يذوب ثم يوضع العسل ، ويقلب الجميع ويرفع من على النار مع استمرار التقليب حتى يصير كريمًا .

بعد إزالة العجينة من على الشعر يدفأ الكريم بحمام ماء دافئ ، ثم يوضع على الشعر بكمية مناسبة ، ويمشط بمشط واسع الفتحات ويلف الشعر في حالة مشدودة ولمدة أربع وعشرين ساعة .

ثم يزال هذا الكريم بالماء الدافئ ، ويدهن يوميًّا بكريم مغذي طبيعي ، ويفضل كريم الصبار الطبيعي .

رابعًا : صبغ الشعر

إذا أردت أختي الكريمة أن تصبغي شعرك فحددي اللون الذي تفضلين ، فإذا

نويت الصبغ فالحناء هي خير الأصباغ لأنها تطهر فروة الرأس وتنقيها من الفطريات والقشرة ، كما تصبغ الشعر باللون النحاسي ولا يظهر إلا في الضوء .

١- اللون النحاسي : حناء + مياه + ملعقة خل (وسط حمضي) والوسط الحمضي حتى يخرج المادة الملونة في الحناء (اللوزن) ويفعلها على الشعر .

٢- اللون الأحمر : يضاف إلى الحناء مغلي الكركديه ، أو عصير الرمان الأحمر ، واحذري يا أختي الكريمة مما يطلق عليه " دم الغزال " ؛ لأنه مادة غير طبيعية تستخدم في تلوين اللفت المملح .

٣- اللون البني : أضيفى مغلي الشاي إلى الحناء فتعطيك لونًا بنيًا .

٤- اللون الذهبي : يغسل الشعر بمغلي زهر البابونج يوميًّا ، أو مغلي قشر البصل الخارجى .

٥- اللون الأسود : يضاف مطحون قشر الباذنجان المجفف فيعطيكي لونًا أسودًا حالكًا كالليل المظلم .

خامسًا : قشر الشعر

لاشك أن قشر الشعر يسبب إيذاء نفسيًّا بسبب المنظر السيىء الذى يحدثه إذا كانت هذه القشرة ناعمة مثل النخالة ، فهي كثيرًا ما تتساقط على الثياب وتنتشر في الشعر كله فيكون المنظر سيئًا يدعو إلى الحرج .

وهناك نوع آخر من القشرة يكون لاصقًا بفروة الرأس التي من شأنها تثير الحكة (الهرش) مسببة حرجًا شديدًا وبخاصة للأشخاص الذين تدعوهم أعمالهم للتأنق والظهور بمظهر أنيق، وذوي الأعمال الصحية كالطبيب ، والممرض ، والحلاق وعمال المطاعم ، والخبازين ، وعمال مصانع الأغذية .

وهذا النوع الثانى قد يكون داء (الصدف) وهو الأشد إيلامًا وإحراجًا ، وأصعب علاجًا ودواءً ، ونسأل الله عز وجل أن يهدينا وإياكم إلى العلاج المناسب في الحالتين .

*** النخالة :**

- يغسل الشعر مرتين يوميًّا بالماء البارد صيفًا وشتاءً ، ثم تدلك فروة الرأس جيدًا

بزيت الزيتون ويمشط بمشط ناعم ويعرض للشمس .

- يُغسل الشعر بماء بارد مع مغلي عشب الروزميري (حصالبان) ثم يدهن بزيت الزيتون ، ثم يمشط بمشط ناعم .

- كذلك تفرك فروة الرأس مساءً بماء فطر الكمبوشة ، مضافًا إليه خلاصة نبات القراص.

* **ملحوظة** : يشعر المصاب بالقشرة عند دهان الرأس بفطر الكمبوشة بحرقة شديدة تدوم لمدة خمس دقائق ورائحتها مثل الخل .

- ثم تغسل الرأس في الصباح بماء بارد بخلاصة نبات القراص . يكرر ذلك مرتين أسبوعيًا حتى تختفي القشرة تمامًا .

* **القشرة الصدفية** :

- يؤخذ القطران ، ويخفف بماء الكولونيا ، ثم تدهن الأماكن المصابة وبعد أن تجف تدهن بزيت الزيتون ، ثم يمشط الشعر بعد ساعتين تقريبًا بمشط ناعم ويكرر ذلك يوميًا.

- يهرس فطر الكمبوشة ، ويضمد به على الأماكن المصابة حوالي ست ساعات أيضًا ، ثم يمشط بمشط ناعم ويكرر ذلك يوميًا إلى أن يتم الشفاء .

* **الحجامة** :

تجرى الحجامة على الكاهل ، والأماكن المصابة مرة واحدة كل شهر حتى يتم الشفاء - بإذن الله تعالى - كما في الشكل:

- تؤكل الهندباء البرية (الجلوين) لعلاج الصدفية .

* **الصيام** :

فيجب على المريض صيام الاثنين والخميس ، والثلاثة أيام الوسطى من كل شهر عربي ، فذلك مفيد جدًا لعلاج جميع الأمراض .

والله تعالى هو الشافي.

ممنوعات

- **ممنوع** حفظ لقاح النخل (الدكار) في أكياس بلاستيك أو في الثلاجة ، وأفضل شيء لحفظه عسل النحل .
- **ممنوع** تعاطي لقاح النخل مع مشروب ساخن .
- **ممنوع** شرب الخميرة في ماء ساخن أو تحليته .
- **ممنوع** أكل الكرنب ، واللفت ، والثوم للمصابين بالغدة الدرقية .
- **ممنوع** شرب الشمر والقرفة والزنجبيل للحامل .
- **يمنع** على الحامل تعاطي أي أدوية أو أعشاب إلا بالرجوع لطبيب النساء .
- **ممنوع** أكل الأطعمة الحريفة لمرضى البواسير ، وحساسية الصدر والتهاب الكلى والمثانة.
- **ممنوع** شرب أي مشروب دافئ عند التهاب الزائدة الدودية .
- **يمنع** تناول الحليب مع الحامض .
- **ممنوع** تناول الحليب مع الأسماك .
- **ممنوع** على مرضى الغدة الدرقية ، والحوامل أكل الجرجير بكثرة .
- **ممنوع** أكل الكرفس للحامل والمرضعة .
- **ممنوع** شرب الماء أو المياه الغازية أثناء تناول الطعام .

* * *

الفصل الثاني
أشجار في طي النسيان
أشجار مباركة

- شجرة الزيتون .
- شجرة السدر .
- شجرة المورنجا .
- شجرة المخيط .
- شجرة الجميز .
- شجرة التوت .
- شجرة الخروع .
- شجرة البامبوزا .
- شجرة السرو .
- شجرة الكافور .

* * *



أشجار مباركة

أعزائي القراء:

يوجد أشجار تنبت في بيئتنا ، وقد ذهبت هذه الأشجار في عالم النسيان ، وطويت مميزاتها من حياتنا وأيامنا وهذه الأشجار مثالية في كل شيء ، فهي تعطي المنظر البديع، وتوفر الظل الظليل، وتمنح ثمارها دواءً ، ومنها ما يعطي غذاء ومنها ما يجلب الطيور فتصير صيدًا سهلًا ، ومنها ما يعطي شذًا وعطرًا حسنًا ، فلماذا لا نحافظ على ما بقي منها؟ ونستنبت الكثير منها حفاظًا على بيئتنا من التلوث ، وجمالًا لشوارعنا وأفنيتنا ، وحلًا جذريًّا يعادل منسوب المياه الجوفية في كثير من مناطقنا ، وحلًّا لكثير من المشاكل الغذائية ، وتشغيلًا للعاطلين من شبابنا ، وسدًّا لحاجات مجتمعنا .

نريد أن يأكل كل ذي فم مجانًا من غير تكلفة ولا تكلف ، فلا ندري هل ستأتينا قوى الظلم بالعقوبات الاقتصادية ؟ كما كان بأرض الرافدين ، فما كان عراقنا يصبر يومًا لولا أن كل شارع وكل منزل ، وكل شبر في أرضه كان مزروعًا بالأشجار المثمرة والعشب والكلأ للأنعام .

فهيا بنا نتعرف على تلك الأشجار (وأول هذه الأشجار هى الشجرة المباركة) وهيا بنا لنتعرف أكثر عليها .

* * *

أولاً: الشجرة المباركة
(الزيتونة) Olea Eurpaea

قال رسول الله ﷺ : « إئتدموا الزيت وادهنوا به فإنه من شجرة مباركة » (1) .

هذه الشجرة أفضل ما ينبت في منطقتنا ألا وهي منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط . وأفضل مكان تنبت فيه في هذا الحوض هي مصرنا الحبيبة -- حفظها الله من كل سوء .

- لا يحتاج الزيتون إلى الماء الكثير في ريِّه ، بل يكفيها ماء المطر، كذلك فإنها لا يضرها كثرة الماء إذا شاركت أشجار أخرى تحتاج إلى ريٍّ كثير ، فهي بذلك تساعد على ضبط منسوب المياه الجوفية .

- إن هذه الشجرة المباركة خضراء دائمة الخضرة وفيرة الظلال ، جميلة المنظر .

- إنها تعطي الزهور الكثيفة ، وتمنح النحل الغذاء المفيد .

- كذلك فإنها تعطي الثمر الوفير ، زيتها أغنى الزيوت بالفائدة وأغلاها قيمة على قيمتها الغذائية .

- في عملية العصر تخرج الزيت النقي ، أما نتاج هذا العصر يخرج نوًا وثفلًا يصلح لأن يكون علفًا للماشية والأسماك .

- يتخذ من أوراقها دواء متعدد الأغراض .

- وإذا احتجنا للتخلص منها فإنها تجيبنا وترد علينا بخير وردها يكون في أخشابها والتي تعد من أقوى وأغلى الأخشاب وكذلك يصنع من فروعها بعد حرقها القطران المستخدم في الطب والصيدلة وغيرها .

- كذلك فإن شجرة الزيتون تستجلب أنواعًا مختلفة من الطيور المهاجرة المطلوبة للغذاء والمتعة في الصيد .

- أيضا تعطي هذه الشجرة للبيئة حلًّا لمشكلة تلوث الهواء الذي يزداد يومًا بعد يوم .

- وأخيرًا .. إنها تعطي حلًا للمجتمع ككل وذلك بإنشاء معاصر للزيت ، ومصانع لتشغيل الأيدي العاملة وحلًا لمشكلة البطالة التي تهدد المجتمع بين الحين والآخر .

---

(1) السلسلة الصحيحة: رقم (٣٧٩) .

ثانيًا : شجرة السدر

Zizyphus Spina Chtisti (النبق)

هي شجرة السدر وثمرها يسمى النبق وقد ذكرت في القرآن الكريم أكثر من مرة.

هذه الشجرة جميلة المنظر ، خضراء طوال العام بحيث يتبدل ورقها ولا يسقط بالكلية . فإنها تعطي الظل الظليل ، كما تعطي الزهور العطرية فتكسب المكان شذًا ورونقًا ورائحة طيبة .

– كما أن النحل يستمد منها غذاءه فيخرج لنا أشهى الأعسال التي هي بأغلى الأثمان ، لما لها من فائدة عظيمة وجليلة .

– إنها تعطى ثمرًا حلوًا ينفع في علاج الجهاز الهضمى ، هذا والورق أيضًا يعد غذاءً صحيًا كاملًا في قيمته الغذائية .

– أوراقها تحتوي على مادة " الصابونين " والتي منها يصنع الصابون لذا فهي مفيدة جدًا من ناحية الغسل والطهارة .

– كما يتخذ من أوراقها دواءً يرقى عليه لإبطال السحر المفرق بين الزوجين .

– أما نواة ثمرتها فإنها تصير علفًا جيدًا للماشية ، كما أن هذه الشجرة تحسن هواء البيئة وتنقيه بشكل جيد ومفيد.

– كما يزورها أفضل أنواع العصافير ، والحمام القمري ليكون صيدًا ثمينًا يستمتع بصيده أولًا وبأكله ثانيًا .

– كما تعد هذه العصافير وهذه الطيور مرمى لتعلم الرماية والقنص وسدًا للفجوة الغذائية وقضاء أوقات مفيدة بعيدًا عن اللهو وخبائث الأمور والأعمال.

– كما أن شجرة السدر تمتد جذورها لأكثر من عشرين مترًا بحثًا عن الماء ، لذا فهي لا تحتاج إلى ري فتصلح للأماكن ذات المنسوب الجوفي المرتفع والمنخفض في آنٍ واحد .

* * *

ثالثًا : شجرة البان
(المورانجا) Moringa Aptera

- يطلق عليها (اليسار) ، ويقال للحب الذي يخرج منها: حب اليسار والحبة الغالية ، وفستق بان ، و(المورانجا) هو الاسم الهندي الذي يطلق على هذه الشجرة .

- كما يطلق عليها في السعودية " فل جيزان " لوجه الشبه بينها وبين زهرة الفل من حيث الرائحة .

- وهذه الشجرة بهيجة المنظر ، رائعة الجمال ، عطرية الزهر ، تعطي رحيقًا ممتازًا يجتنيه النحل ويخرج منه عسلًا وفيرًا ذو صفات مميزة وممتازة .

- وتعطي قرونًا تحمل حبوبًا تشبه في شكلها الفستق . وهذه الحبوب منتجة للزيوت التي تصلح للطهي والتداوي . ويسمى دهن البان .

- كما تؤكل القرون وهي خضراء ، وتؤكل مطبوخة مثل الفاصوليا فتكون شفاء من آلام الغضروف ، والعمود الفقري ، إذ أن بها مادة بانية للغضروف، كما أن هذه الحبوب تدخل في تكوينات الأغذية المسمنة لمن يعانون من النحافة المفرطة .

- إنها شجرة تنقي الهواء ، رائحتها ذكية تعطي شذًا عطريًا ، ذات خشب جيد ، لا تحتاج معالجة كيميائية أو تسميد .

إنها أيضًا جالبة للطيور والنحل ، منتجة للرحيق المنتج للعسل .

* * *

رابعًا : شجرة المخيط Cordia Myxa

وهي شجرة أصيلة من الأشجار المصرية وهي تنبت في مناطق عدة منها ما هو في الهند ، وإيران ، والجزيرة العربية وعمان ، والجزائر ، ولكن النوع الإيراني يعطي ثمارًا أكبر حجمًا ، وأكثر حلاوة .

– وهي من الأشجار ذات الأوراق المتساقطة . ولأوراقها فائدة طيبة وعظيمة . إذ تجفف وتطحن ، ويذرُّ رمادها على قرحة الدوالي والسكري .

– زهورها جالبة للنحل ، ثمارها حلوة الطعم ، وتستعمل في عمل شراك للعصافير والطيور إذا ضربت بأعواد من جريد النخل ، ودبس القصب ، ثم توضع تلك الأعواد في أغصان الشجر فتلتصق بها الطيور وتمسك حيَّة .

– كما تؤكل الثمار فتلتصق بها ديدان البطن ، وتندفع فتخرج مع الفضلات الآدمية ، كما أنَّ تلك الثمار من أفضل علاجات قرحة المعدة ، والإثنى عشر، والأمعاء .

– كما أن لها فعلًا منشطًا فتعين على الجماع ، وتقوي الباءة .

خامسًا : شجرة الجميز Ficus Sycomorus

– كم من العلماء ذاكروا دروسهم في ظل شجرة الجميز وكم أتاحت لهم من نومة هنيئة ، ولَكَم تعلق بها الأطفال واستخدموها " مرجيحة ".

– كم شهدت لحظات حلوة ، وكم أعطت من ظل وثمر ودواء .

– أينما كان الماء كان الجميز " فقيد عائلة الطيب " .

– شجرة الجميز إذا ضربت جذعها بكت وأدمعت لبنا أبيضًا تدهن به القوباء فتبرأ ، وهذا اللبن علاج جيد للصدفية .

– ثمار الجميز تقوي الكبد ، وتفرح الحزين ، واذا رأيتها تشم عبق الماضى الجميل . أخشابها تصلح لبناء مراكب الصيد ، وخلايا النحل والأكواخ الخشبية ، كما أن النحل يجتني ثمارها ويمتص من عصيرها ويعطي عسلًا شهيًا .

والطيور تزورها فهيا للقنص .

سادسًا : شجرة التوت Morus Nigra L

- ما هي أو ما هذه الشجرة العظيمة ؟

يا شجرة الحرير ، لو استبدلنا زراعة حواف الترع والمصارف بالتوت بدلًا من الجزورين ، والفيكس ، تلك الأشجار العقيمة – فلو زرعنا شجرة توت في كل عشرين مترًا على حواف الترع والمصارفَ لصار عندنا مصانع لتعبئة مربى التوت ، وشراب التوت ، وخلاصة التوت – ولأصبحنا نصدر الحرير إلى كل بقاع الدنيا بدلًا من استيراده .

- وكم من الأيدي العاملة ستعمل في تربية " ديدان القز " ؟ ، وكم من تلك الأيدي ستعمل في حل الحرير وغزله ، وكم من مصانع ستفتح من أجل نسيج الحرير؟ ، وكم من مصانع لسجاد سوف تعمل في نسجه أيضًا ؟ وكم .. وكم.. وكم .. ؟

- وكم من طير سيأكل منه ويشكرك لله يا من غرست التوتة ؟

وكم من الأطنان سينتجه النحل من الأعسال عند زيارته لهذه الشجرة العجيبة والعظيمة .

* * *

سابعًا : شجرة الخروع ricinus Communis

وهي شجرة تزرع بالبذرة ، فتسرع بالنمو لتنقي الجو بأوراقها وتنقي البطن بزيت بذورها .

- إن هذه الشجرة أفضل ما تنبت في حوض البحر المتوسط من اللاذقية شرقًا، وحتى مارسيليا غربًا ، وفي دمياط بجمهورية مصر العربية ، وزيت بذورها هو أفضل الزيوت لمحركات الطائرات نظرًا لكثافته العالية وتحمله لدرجات الحرارة العالية .

- كما يستخدم طبيًا (شربة خروع) وذلك قبل عمليات الجهاز الهضمي ، وقبل إجراء بعض أنواع الأشعة التشخيصية .

- كما أن أوراقها يُضمد بها عمليات الكيِّ حتى لا يلتئم أثر الكيِّ لتخرج فضلات الجسم عن طريق المكان المعالج بالكيِّ .

- كما يتخذ من ثفل البذور علفًا للمواشي والأسماك . كما أن هناك دودة الحرير الخروعية التى تعيش على تلك الأوراق .

ناتجها : تشغيل عمالة وعملة صعبة .

ثامنًا : شجرة البامبوزيا Eugenia Jambolana

وهي تعد أفضل الثمار إنتاجًا واحتواءً على اليود إنها شجرة ممشوقة القوام ، دائمة الظلال ، حبيبة العصافير تُسمعك عند الشروق والغروب أجمل سيمفونية موسيقية لأفضل فرقة عزف من السادة العصافير والكروان والعندليب .

- اغرسها عند بيتك ، أو مكتبك ، أو عيادتك ، إنها استثمار جيد لشركات الأدوية والألوان الطبيعية الثابتة .

- هذه الشجرة أرجو من مراكز البحث العلمي ، والبحوث الغذائية أن يهتموا بها ، وإعلان نتائج أبحاثهم فإن لديَّ شعورًا بأن لها مستقبلًا عظيمًا .

تاسعًا : شجرة السرو Cuprassus Sempervirens L

إن شجرة السرو تجود في منطقتنا ، دائمة الخضرة ، تمتاز أخشابها باستقامة العود فتصلح للأعمدة ، وصواري سفن الصيد ، وهي منتجة للصمغ الذى يدخل في صناعة الدواء والتركيبات العلاجية والدوائية .

– ولها ثمرة تسمى " جوز الشرك " تستخدم في أدوية الكبد ولها مستقبل عظيم في ذلك ، وهي في هذه الآونة في إطار البحث ، وهي من مصدات الرمال والرياح .

– وهي تنقي الجو ، وذات منظر بديع ومرأى بهيج .

عاشرًا : شجرة الكافور
(يوكا ليبتوس) Eucalyptus

– إنها المصدر الرئيسي لزيت المنثول الموسع للشعب الهوائية والمستخدم في التدليك لأمراض العظام ، والعضلات .

وكذلك المستخدم في صناعة أدوية السعال .

– أوراقها تستخدم في مقاومة العتة ، وزهورها تعطي إنتاجًا وفيرًا وجيدًا لعسل النحل ، وحبوب اللقاح .

– فهي شجرة الطب وتسمى " اليوكا ليبنوس" باليونانية وتعني : الرجل الأنيق . نظرًا لعظمها وعظمتها وجمال أخشابها وصلابة عودها وعطرها المميز ، وهي من الأشجار الدائمة الخضرة ، والمعمرة لمئات السنين ، ويتخذ من أخشابها صناعات عديدة أهمها صناعة السفن الخشبية وذلك لشدة تحملها وقوتها .

***

الفصل الثالث

أسماء النباتات ومرادفاتها وفوائدها

الفصل الثالث

أسماء النباتات ومرادفاتها وفوائدها

وفي هذا الفصل نبين أسماء النباتات ومرادفاتها ، وفوائدها حتى يتضح لك عزيزي القارئ الأسماء المختلفة لبعض النباتات وأوصافها المهمة في التداوي ، وأسمائها في بعض البلدان العربية والأوروبية ، وذلك للتيسير على طالب النبات الذي يعاني المشقة والجهد في طلبها ؛ نظرًا ولاختلاف اللهجات والأسماء في كل قطر ، لعل ما نقدمه دليلًا سهلًا للعطار والمعالج ، وطالب العشب كل على حدة وأدعوا الله أن يوفقنا إلى ما نصبو إليه .

وإليكم هذه الموسوعة النباتية:

- الآس (حمبلاس ـ ريحان ـ ميرسين ـ myrte)
- إخيليا (أم ألف ورقة ـ عشبة النجارين ـ أهداب فينوس ـ الخلة)
- أفسنتين (دمسيسة ـ رشكا ـ شيبة العجوز)
- إكليل الجبل (حصالبان ـ روز ميري ـ روزمارينو ـ rosmarini)
- إيكى دنيا (بشملة ـ مشميشية ـ زعرور بستانى ـ nehlier)
- بابونج (خاماميان ـ عين القط ـ تفاح الأرض ـ منسيلية ـ camomille)
- بذر قاطونا (عشبة البراغيث ـ فسيليون ـ قطونا ـ ربلة ـ لسان الحمل)
- ترنجان (مليسيا ـ حشيشة النحل ـ حشيشة الليمون)
- تمر حنة (الحنة ـ الفاغية)
- جزر برى (نهشل ـ حنزاب ـ دوخ ـ بسباس)
- حرف (قرننوخ ـ قرة العين ـ حب الرشاد ـ جرجير الماء ـ الثفاء)
- حلبة (فريقة)
- حمحم (لسان الثور)
- حندقوق (إكليل الملك ـ درق)

- خبازة برية (خبيزة)
- خردل أسود (لفسان - صناب - حذر - أسفندان)
- خطمى
- خرشوف (حرشف - أرضى شوكى)
- زيزفون (زيتون عطرى - تيليو - خلاف)
- سحلب (قاتل أخيه - خصى الثعلب)
- سنا (سنامكى - سلمكة)
- سوس (عود السوس - عرق سوس)
- شبت (سنوت - سذب البر - شمر كاذب)
- شمر (رازيانج - بسباس - الحلوة)
- صريمة الجدى (سلطان الغابة - أم الشعراء - زهر العسل - لحية الماعز)
- طرخشقون (هندباء برية - جلوين - خس بري)
- عرعر (سرو جبلي - أبهل)
- العكوب (شوك الجمل - خرفيش الجمال)
- عود الوج (قصب الذريرة - ايكر)
- الغار (الرند - اللوره - عصى موسى)
- فوقس حوصلي
- قراص (قريص - حريق)
- قرطم (زعفران زائف - عصفر)
- قصعين (مرمرية - نعمة مخزانية)
- كاكنج (حرنكش - عنب الثعلب)

- كراويا (كمون أمنى ـ كمون الجبال)
- المرو (بردقوش ـ مردقوش – مرزنجوش – دوش)
- نعناع
- ونكا (العناقية ـ زهرة العناق)
- الرجلة (البقلة المباركة ـ فرفاحين ـ البقلة الحمقاء)
- شعير (خبز الأنبياء)
- قلقاس (ودن الفيل)
- كبر (تفاحة الغراب ـ عنب الحية ـ شفلح)
- ليمون (بنزهير ـ قاتل السموم)
- صبر (الوة)
- قرفة
- قرنفل – مسمار
- كركم
- هال (حبهان)

* * *

الآس Myrte



يسمى في بلاد الشام بالجمبلاس ، أما في المغرب العربي يقال لحب الآس (الريحان) عشبة السكر وكذلك في اللغة الفارسية يطلق عليه المرد ، وفي اللغة اليونانية يطلق عليه : ميرسين .

- وموطنه حوض البحر الأبيض المتوسط .

- وهو من النباتات المقدسة عند الإغريق ، وتصنع منه أكاليل النصر والزواج ، وإلى الآن يوضع كالإكليل على رؤوس الفائزين في الدورات الأوليمبية .

- يستخدم خشبه كبخور، وتقطر أزهاره وأوراقه لاستخراج ماء شهير هو " ماء الملاك " الذي يدخل ضمن مستحضرات العناية بالبشرة .

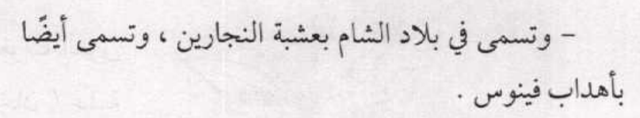
- وفي كورسيكا حيث ينبت بكثرة ، يحضَّر منه شراب هاضم منعش يسمى " الميرتي " بنقع ثماره في الماء البارد .

❋ خصائصه :

هاضم – مطهر – مضاد للأكسدة .

❋ ❋ ❋

Achillea Millefolium إخيليا



تسمى في مصر : أم ألف ورقة ، وتسمى أيضًا الخلة .

- وتسمى في بلاد الشام بعشبة النجارين ، وتسمى أيضًا بأهداب فينوس .

- اسمها هذا مشتق من اسم المحارب الإغريقى إيخليوس الذي استعملها في تضميد جرح مليكه لخاصية أوراقها الطاهرة المطهرة .

- بذورها مفيدة جدًا في إدرار البول وتفتيت الحصوات .

* خصائصها :

مطهرة ، مضادة للتشنجات ، قابضة ، لاصقة للجروح ، مدرة للبول ، قاطعة للنزف ، منشطة .

Artemisia Ebsinthium أفسنتين



* يطلق عليها في مصر اسم : دمسيسة ، وفي بلاد المغرب العربي اسم : راشكة ، وشيبة العجوز في بلاد الشام .

- يمنع تناولها منعا باتًا للمرأة الحامل فقد يسقط الحمل . أو يصاب الجنين بالتشوهات .

- لا يداوم عليها في العلاج لفترة طويلة .

- مفيدة جدًا للعلاج من الديدان فلم أر مثيلًا لها في ذلك .

- وكذلك العلاج من حبس البول فهي مفيدة للغاية .

rosmarimus Officinalis إكليل الجبل



- يسمى في مصر : حصا لبان ، وفي بلاد المغرب العربي بإكليل الجبل . وفي بلاد الغرب وخاصةً إيطاليا يطلق عليه " روز مارينو " كذلك يطلق عليه روزميري omanin .

* وهذا النبات جليل الفوائد عظيم القيم وافر النفع ؛ إذ أنه يؤثر على الجهاز العصبي . فهو مقوي للذاكرة ، ومنشط عام ومفتت لحصى المرارة والكلى ، ومن التوابل الجيدة التي تعطي المشويات رائحة عطرة لا مثيل لها ، ويجتني النحل من زهوره عسلًا شهيًّا لا مثيل له .

*** خصائصه :**

مطهر ، مضاد للتشنج ، مفرغ للصفراء ، مدر للبول ، مفتت للحصوات .

* * *

إيكي دنيا Nespilus Germanica L



يطلق عليه في مصر اسم : بشملة ، وفي فرنسا يسمى : Neflier وفي بلاد الشام يسمى : زعرور بستاني – مشمشية بالمغرب العربي.

- وهو شجرة مثمرة ، بهيجة المنظر ، لزهرها عطر فوّاح ، طيب الرائحة ، يعشقه النحل .

- ثمارها قريبة الشبه بالبندورة ولكن صفراء .

- عند تمام نضجها تحتوي على خمسة بذور بحجم الفول ، ناعمة جدًّا ، حلوة الطعم ، توقف الإسهال ، وتدر البول .

- مغلي أوراقها في الماء يهدئ السعال .



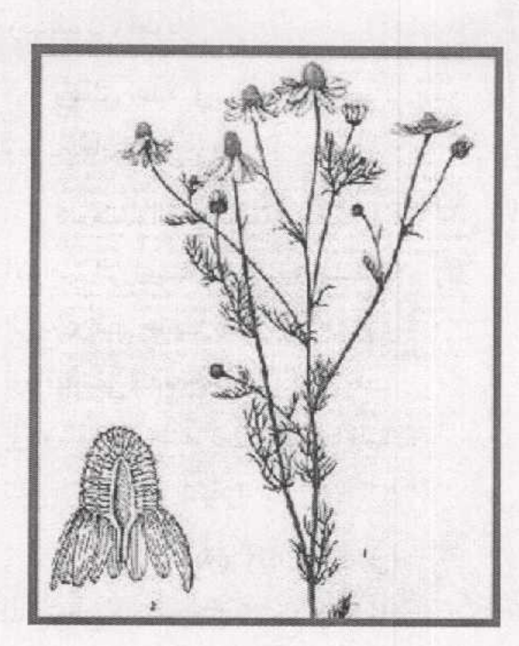
❋ **خصائصها :**

قابضة ، مدرة للبول ، مهدئة .

❋ ❋ ❋

البابونج

"رومانى"



- وتسمى : Camomille romaine في اللغة الرومانية .

- وتسمى أيضا باليونانية " خاماميان " .

- وكذا يطلق عليها اسم " عين القط " .

- وتسمى في الجزائر : منسيلية ، وتفاح الأرض .

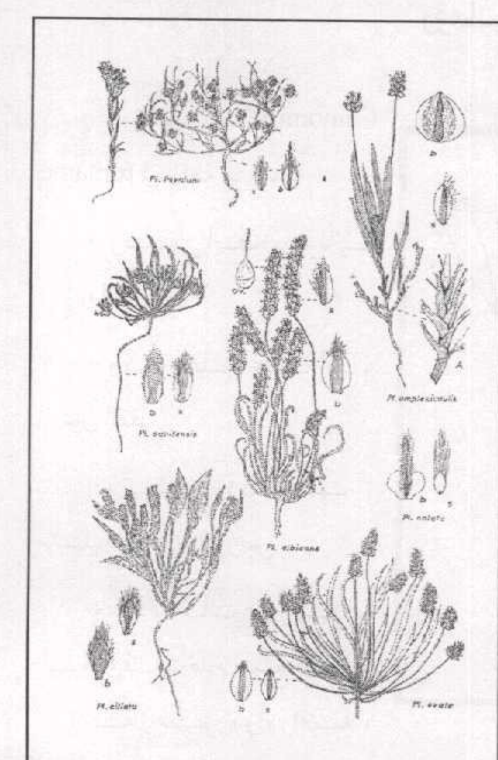
* هذا النبات هو صيدلية الطبيعة فتستخدم جميع أجزائه الهوائية زهوره وأوراقه ، وجذوره ، وسيقانه – ويستعمل بطرق عديدة ، وفي مداواة كل الأمراض .

- رائحة زهوره مميزة ، تشبه رائحة التفاح ولذلك يسمى تفاح الأرض .

* **خصائصه** : مهضم ، منشط ، مطهر ، مقشع ، طارد للبلغم ، مطمث (يدر الطمث) ، مقاوم للحمى ، مضاد للتشنج .

* * *

بذر قطونا Plantago Psylium



يــــسمى عـــشبة البراغيـــث ، وفسيليون ، قطونا .

ويطلق عليه في السعودية اسم : ربلة ـ لسان الحمل .

* وهــذه النبتــة بريــة ، تنتــشر في الأراضي الزراعيــة الرمليــة في فــصل الربيع ، تُقبل عليهــا الماعز والأغنــام ، أوراقها تنقي الدم وبخاصة إذا أضـيفت إلى أوراق الطرخشقون (الجلوين) فإنها تنقي الدم ، وتدر الصفراء .

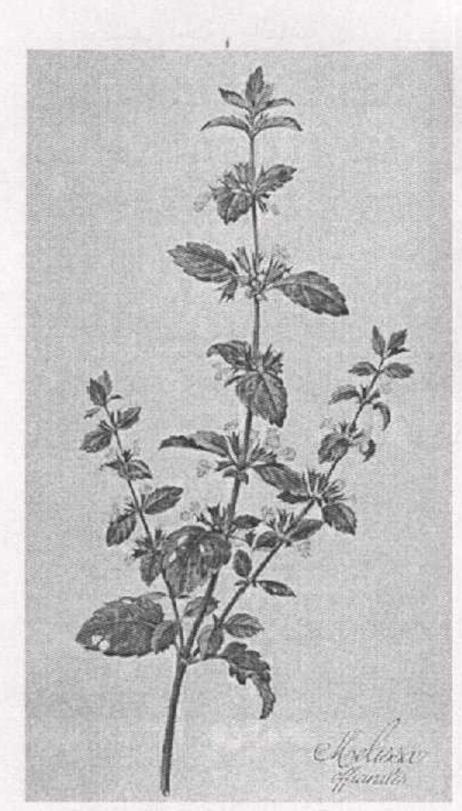
– بذورها مليِّنة ، وإذا نقعت في الماء تعطي مادة جيلاتينية تنفع في أقنعة للوجه لعلاج جميع مشاكل البشرة .

* **خصائصه :**

ملطف ، ملين ، نافع لأمراض البشرة .

* * *

Melissa Officinalis L الترنجان



يطلق عليه في سوريا اسم : ملسيا وبالفرنسية لويزا ، ويسمَّى أيضًا حبق ترنجاني ،وكذلك حشيشة النحل ، وكذلك يطلق عليه حشيشة الليمون .

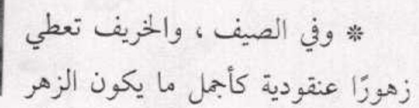
* هي شجيرة جميلة ، أوراقها ذات رائحة ليمونية ، وذات زهور صغيرة بيضاء ، يرغبها النحل وينتج منها عسلًا شهيًّا أوراقها نافعة جدًّا لأمراض البرد والإنفلونزا .

* **خصائصه :**

مضاد للتشنج ، مدر للصفراء ، مضاد للغازات ، مهضم مهدئ للسعال ، منظم الضربات القلب .

* * *

التمر حنة Ligustrum Vulagre L



- وتسمى الحنة ، والفاغية .

وأوراق هذه الشجرة تطحن ويتخذ منها خضاب ملون للجلد والشعر ؛ لاحتوائها على مادة اللوزون الملونة.

* وفي الصيف ، والخريف تعطي زهورًا عنقودية كأجمل ما يكون الزهر وأعطر ما يكون العطر ، وهي من ريح الجنة (الفاغية)، وتعطي ثمارًا (جماجم) ذات تأثير شديد على إدرار البول ، وتفتيت الحصوات .

- وتسقط الحمل من شدة تأثيرها .

* تمضغ أوراقها فتذهب القلاع من الفم ، وتقتل الفطريات داخليًا ، وخارجيا ،وتساعد على التئام القروح وتطهيرها وتقوي الجلد وتقوي على الجماع إذ يبلغ تأثير خضابها على الجهاز العصبي المركزي .

- وإذا خضبت قدميك بالحناء وجدت أثرها في ماء البول (ملونة) .

- كذلك من مميزاتها : أن الجان يكرهها وخاصة الجان الخبيث لذا كان من عادات أهل مصر ولا يزالون يخضبون العروس بالحناء قبل زفافها (ليلة الحنة) حتى لا يمسها شيطان .

* وعن تجاربي أنا شخصيًا : أنني لم أر مثل الحناء في علاج القرح وأنصح بها أصحاب دوالي القدمين والشرخ الشرجي مع الصبر المر وماء القرض .

* **خصائصها :**

قابضة ، مطهرة ، تلتئم الجروح بها .

* * *

الجزر البرى Daucus Carota L

- ويسمى في اللغة الفارسية: نهشل ، حنزاب ، دوخ .

- ويسمى في السعودية: بالبسباس .

* وهذا النبات ينمو في البراري في الأرض الرملية والمختلطة ، ويظهر بعد أمطار الخريف ، ويزهر بالربيع زهورًا خيمية بيضاء ، تجف بالصيف وتعطي بذورًا داخل كاس شوكي؛ لذا تسمى ضرس العجوز عند البعض ، أوراقه تعطي طعم أوراق الشبت وجذره أبيض بطعم الجزر الأصفر لذا سمى الجزر البري .

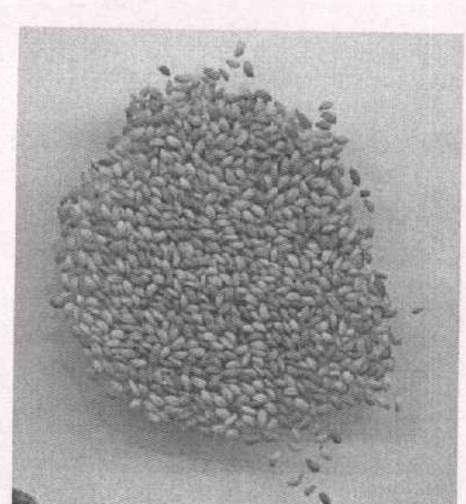
- أزهاره يقبل عليها النحل بشراهة ، ويعطي عسلًا فيه مرارة بعض الشيء ولونه أحمر دموي، ورائحة عسله مثل المسك وهذا العسل عن تجربة شخصية نافع مع اللوكيميا (سرطان الدم) .

* **خصائصه :**

مضاد للإسهال ، مدر للبول ، مدر للطمث ، خافض للسكر ، مضاد للأكسدة .

* * *

الحُرف Nasturtium Officimalis



يسمى في بلاد المغرب : قرننوخ ، وكذلك قرة العين ، وأيضًا يسمى : حب الرشاد ، والثفاء وجرجير الماء والحرف - بضم الحاء - .

- هو نبات طبي من الدرجة الأولى وقد ذكره المصطفى ﷺ في حديث: «ما لكم في الأمرين من الشفاء الصبر والثفاء »[1] .

- ويستعمل مثل الجرجير كمقبل ، ومنشط ، وبذور حب الرشاد مضاده للالتهابات ، ومضاده للنقرس ، وعلاج السكر .

- وهو يعد علاجًا أكيدًا لقرحة المعدة ، والإثنى عشر ، ومن أنفع علاجات الاستسقاء ، وهو منشط جنسي .

❋ **خصائصه :**

منق للدم ، منبه ، مدر للبول ، مقاوم للحمى معين على الباءة.

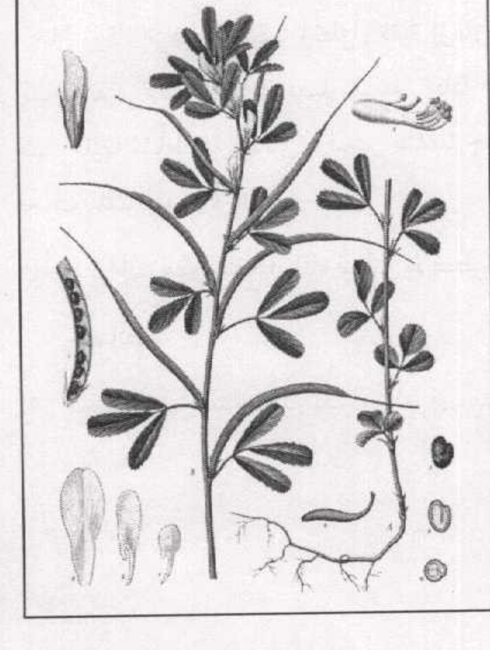
❋ ❋ ❋

(١) مراسيل أبي داود .

الحلبة Trigonella Foenum

وتسمى أيضًا : فريقة ، وعند الفارسيين تسمى : سنبليد .

* والحلبة نبات معروف منذ القدم ، ومعروفة فوائده الصحية فهو مسمن ، ومقوي عام ، مضاد للحميات ، ومدر للبول ، ومدر للبن الأمهات ، ومضاد لمرض السكري .



* يحضر منه طبق يمني يسمى بالسلتة مكون من :

طحين الحلبة ، وقليل من الثوم والكرات والنعناع وقليل من عرق الحلاوة . (ويسمى بعود الحلبة) بسبب هذا الطبق لأن عرق الحلاوة مع الحلبة لا يظهر لها رائحة في العرق ، وإذا ما وضع طحين الحلبة كضمادة على الخراريج والالتهابات يعجل في شفائها .

* **خصائصها :**

فاتحة للشهية ، ملينة ، خافضة للسكر ، منشطة .

* * *

Borrago Officinalis L الحمحم



ويسمى : لسان الثور .

وهو نبات بري ينمو على حواف الطرق ، والأماكن المهملة .

– أوراقه كبيرة ذات زغب لذا سمي بلسان الثور وله أزهار زرقاء تزهر بالصيف وتطول فترة إزهاره . وهذا النبات تقبل عليه الإبل في فصل الربيع ، فإذا أكلت منه ظهر عليها نشاط غير عادي ، فيعتبر منشطًا جنسيًا لها ، فعرف بتلك القدرة .

– كما أن زهوره تنقع في الماء فتهدئ الاضطرابات وتنظم ضربات القلب .

خصائصه :

ملطف ، منق للدم ، مدر للبول والعرق ، مسهل .

* * *

الحندقوق Melilotus Officinalis

ويسمى أيضًا : إكليل الملك ، درق .

* وهي نبتة برية تظهر بالأماكن التي يتجمع فيها ماء المطر وتكثر على جنبات الطرق الزراعية وبين الحقول .

* ويسمى بالحندقوق الحقلي ؛ لأنه يكثر بين الحقول وهو أكبر قليلًا في الأوراق من الحندقوق البري ، وله زهور صفراء عنقودية لا يفارقها النحل .

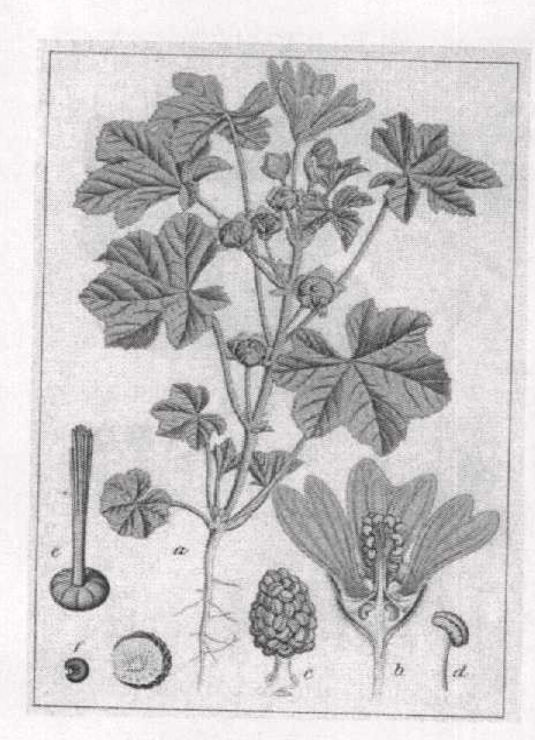
* يفيد في التهاب الكلى ، وعلاج السكر . كما يفيد إذا نقع في الماء الحار ووضع ككمادات على العيون المجهدة فيريحها .

خصائصه :

مهدئ ، مضاد للتشنج ، مدر للبول ، مضاد للالتهابات .

* * *

الخبازة البرية Malva Silvestris L



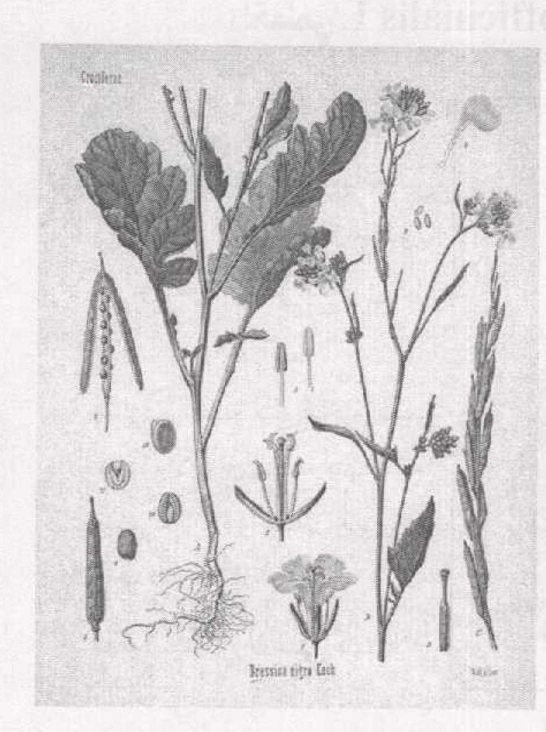
وتسمى في مصر : بالخبيزة .

- وهو نبات بري شائع ، واسع الانتشار ، يعشق الماء لذا يزيد انتشاره على جنبات الطرق وأماكن تجمع مياه الأمطار .

- تطبخ أوراقها كغذاء عالي القيمة ، وكحساء للنقه ، وتؤخذ زهورها وقت الإزهار ، وتجفف وتؤخذ كمشروب ساخن لالتهاب الحلق وأمراض البرد .

❊ ❊ ❊

الخردل الأسود Brassica Nigra



- وتسمى باليونانية : لفسان ، صناب ، وتسمى أيضًا حذر .

- وتسمى بالفارسية : أسفندان .

❋ وهو معروف كتابل بطعمه الحار ، وهو غير الخردل الأبيض الذى تصنع منه المسطردة ، وكلاهما بنفس الطعم ، ولكن الأسود أشد حدة ، وهو المستعمل طبيًّا ، فتطحن بذوره وتعجن بعسل النحل ويضمد بها لأمراض البرد .

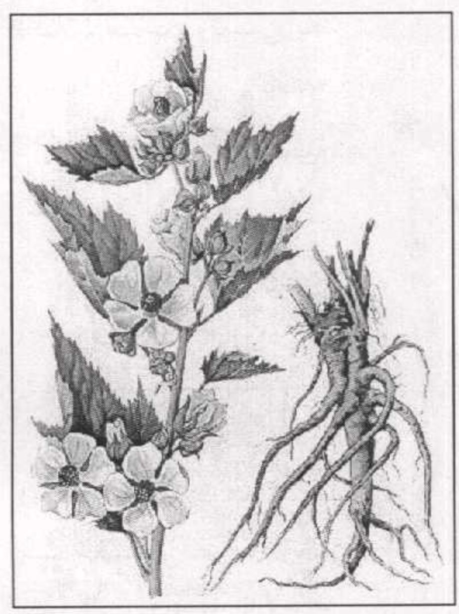
❋ والجزء المستعمل طبيًّا : البذور عند نضجها حوالي عامًا كاملًا .

❋ **خصائصه** :

مضاد للالتهابات ، فاتح للشهية ، موسع للأوعية ، ومسخن .

❋ ❋ ❋

الخطمي Althaea officinalis L



ويعتبر أفضل الزينة ، جميلة المنظر ، عظيمة الفائدة ، كل أجزائها تعطي نفعًا ؛ فالأوراق نافعة وكذا الجذور، والأزهار والبذور ، وهي تنمو في كل المناطق .

* الزهور تنفع من قرحة المعدة والأمعاء ، والأوراق يصنع منها شايًا لالتهابات اللوزتين واحتقان الحلق ، أما الجذور فيدلك بها اللثة .

هذه الشجيرة لا غنى عنها لأي إنسان ، وهي تعطي جمالًا للحدائق والمتنزهات وغير مكلفة ولا تحتاج لخدمة .

* **خصائصها** :

ملطفة ، مهدئة للسعال ، مليِّنة ملمة للجروح .

* * *

الخرشوف Cynara Scolymus

ويسمى أيضًا : حرشف ، وهو أرضي شوكي .

* وهو من أفضل النباتات التي تعالج الكبد لخاصيته المدرة للصفراء ، والمنشطة للكبد ، وهو أسرع نبات لتخليص الدم من الكوليسترول ، غير أن تأثيره سلبي على إفراز اللبن لذا لابد من منعه عن المرضعات .

* الجزء المستعمل في علاج الكبد والسكري هو الثمرة والزهرة .

- ويفضل طبخ الخرشوف على درجة حرارة بطيئة حتى يسهل هضمه ولا تضيع فوائده ، وماء طبخه مفيد جدًّا لتخليص الجسم من الكوليسترول ، فهو مفيد لعلاج الضغط المرتفع ، وتصلب الشرايين ويفضل تناوله مباشرة بعد طبخه ؛ لأنه يفسد بعد فترة قصيرة من الطبخ لسرعة تأكسده ، جذورها يحضر منها مشروب مضاد لرائحة العرق .

خصائصه:

مزيل للكوليسترول ، مضاد للسكري ، مدر للصفراء ، منشط ، فاتح للشهية ، معين على الباءة .

* * *

الزيزفون Tilia Cordata Mill



- يسمى أيضًا : زيتون عطري ، وخلاف .

- ويطلق عليه في مصر : تيليو .

- يقال : أن اسمها مختصر من (زي زتـون) أي مثل الزيتون ؛ لأنها قريبة الشبه من شجرة الزيتون.

- وهى شجرة عظيمة ، تزهر زهورًا ذات عطر أخَّاذ ، أوراقها تهدئ السعال إذا غليت في الماء ، وللزهور نفس التأثير ، كما أنها مدرة للصفراء ، نافعة للكبد ، والأمراض الروماتيزمية .

* **خصائصه :**

مضاد للتشنج ، منشط لافراز الصفراء ، مليّن ، مهدئ .

السحلب Qrchis Masula

ويسمى أيضا : قاتل أخيه ، وخصي الثعلب .

كما يسمى في سوريا : سحلب أيضا كما تسميه مصر .

* يزرع السحلب في كردستان (العراق ، سوريا ، تركيا ، إيران) .

وهو نبات بري وبستاني ، الجزء المستعمل طبيًا هو درناته الجذرية فهو ينتج درنتان إحداهما أكبر من الأخرى يشبهان الخصي ولذلك سميت بهذا الاسم ، وحُرِّفَ إلى سحلب ، وسمي بقاتل أخيه ؛ لأن درنة تكبر على حساب الأخرى .

* وهذه الدرنات تجفف وتطحن ويتخذ منها شراب السحلب الغالي الثمن ، أما ما يباع الآن يسمى خلطة بيضاء ، أما السحلب نفسه إذا أضيف إلى تلك الخلطة لعظمت الفائدة ، وهو منشط لهرمون الذكورة ، ويبعث الدفء فهو مشروب شتوي .

* **وخصائصه :** منعش ، مضاد للإسهال ، ملين ، ومعين على الباءة .

السنا Cassia Acutifolia



يسمى في مصر : سنامكي ، سنا إسكندراني ، ويسمى في السعودية : بالعشرق، وقد حدث خلاف حول نبات السنا المذكور بالحديث الشريف عن السنا والسنوات ، واحتج الباحث بأن السنا ليس هو السنا المكي ، لأن نبات السنامكي مسهل فكيف يصف الرسول ﷺ نبات السنامكي بـ المسهل معتقدًا بأن السنا هو بذر الشبت . ولي هنا اعتراض حيث إن رسول الله ﷺ وصف السنا للتمشي (مسهل) عندما سأل امرأة بماذا تستمشين ؟ قالت بالشبرم . فقال : حار حار ، ألا تستمشين بالسنا ؟ والتمشي بمعنى أخذ المسهلات التي تجعل الإنسان يمشى دائما إلى دورة المياه ، وهو عشب يفترش الأرض ولا يزيد ارتفاعه عن (ستين سنتيمتر) وله زهور صفراء جميلة المنظر يجتنيها النحل وثمارها عبارة عن قرون دقيقة هي في التسهيل أقوى من الأوراق ، يؤخذ بجرعات صغيرة .

❊ **خصائصه :**

مسهل ، مطهر ، مدر للصفراء .

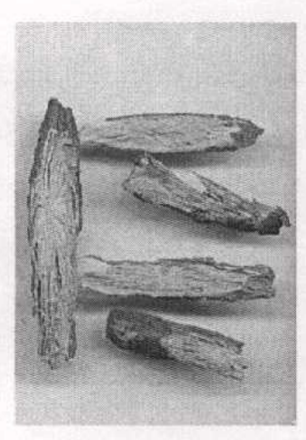
❊ ❊ ❊

السوس Glycyrrhiza Glabra



يسمى في سوريا : عود السوس ، وفي مصر يطلق عليه : عرق سوس .

* وهو من النباتات المتوسطية أي التي تزرع في حوض البحر المتوسط يكثر في مصر وسوريا ، والجزء المستعمل طبيًا هى الجذور تجمع ، وتجفف ، ثم تدق وتجرش ، ويتم تخميرها بطريقة معينة ، ثم ينقع في الماء ويشرب مثلجًا كمشروب ملطف ، ويقطع العطش ، وهو مفيد جدًّا لقرحة المعدة ، إذا استحلب وشرب ساخنًا ، كما أنه مفيد جدًّا في محاربة فيروسات الكبد ، غير أن الإكثار منه يرفع الضغط الدموي ، لذا وجب الاعتدال في تناوله .



* كما أنه يتسوك بعيدانه ، وتمسك بالفم للمساعدة في الإقلاع عن التدخين .

*** خصائصه :**

ملطف ، مضاد للتشنج ، مدر للبول ، طارد للبلغم ، منق للدم ، منعش ، منشط ، مدر للصفراء .

* * *

Anethum Graviolens الشبت

ويسمى أيضًا : سنوت ، سذب البر ، شمر كاذب .

* وهي نبتة صغيرة تشبه الشمر ، ولها زهور صفراء خيمية ، يعشقها النحل ، وهو من التوابل الخضراء التي لا غنى عنها لكل بيت ، وهو من أعمدة المطبخ المصري ، والسوري إذ لا غنى عنه في المحاشي والسلطات .

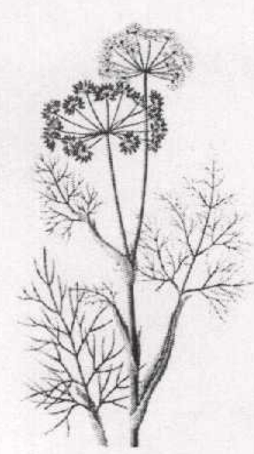
* كما تفيد بذوره في التوابل الجافة ، ويسميها أهل الخليج (بعين الجرادة) لشدة الشبه بينهما ، وهي تابل ممتاز للفلافل والكفتة ، كما يتخذ من زيتها دواءً طاردًا للغازات ، ومضاد للتشنج ، ويستخدم دهانًا كمنشط للعضلات .

* **خصائصه :**

هاضم ، طارد للرياح ، مضاد للتشنج .

Foeniculum Vulgare الشمر

* وهو في اللغة الفارسية يسمى : رازيانج ، وفي بلاد المغرب يطلق عليه : بسباس ، وفي السعودية يسمى: الحلوة .



- وهو نبات خيمي يعشق الماء ، يعطي زهورًا صفراء خيمية ، تعطي بذورًا تشبه بذور الكراويا ، ولكن مذاقها حلو ، ورائحتها عطرية مميزة ، وكل ما في النبات يستعمل حتى الجذور والأوراق الخضراء التي تضاف إلى المخللات فتعطيها طعمًا ورائحة مميزتان .

* **خصائصه :**

مدر للحليب ، مهضم ، طارد للريح ، مدر للبول ، فاتح للشهية ، طارد للبلغم ، طارد للديدان ، شافي للجروح ، منفث .

صريمة الجدى Lonicera spp
(شبر فايد)



- يسمى أيضًا : سلطان الغابة ، أم الشعراء ، زهر العسل ، لحية الماعز . ويسمى في مصر : شبرفايد .

* وسمي بهذا الاسم : لقوته في التلسق مثل الماعز ، وهو من نباتات الزينة العطرية ، يستفاد منه كسياج ، أو مظلة تعطي عطرًا أخاذًا كالياسمين ، يعطي ثمارًا عنبية صغيرة تشبه عنب الدب فيها بعض السمية فلا تؤكل .

* تستعمل الأوراق ، ولحاء العيدان ، والزهور ، فالزهور تجفف وتستعمل شايًا للربو (حساسية الصدر) .

* **خصائصه :**

منفث ، طارد للبلغم ، مدر للبول ، معرق .

* * *

الطرخشقون Taraxacum Officinale



- ويسمى أيضًا : هندباء برية ، وجلوين ، ومرير ، خس بري ، كما يسمى عند عامة الناس : الجعضيض

* وهو نوعان : بري ، وبستاني ، والبستاني هو المعروف عندنا في مصر بالجلوين أو الجعضيض ، وأما البري فهو أكثر مرارة وأحد شكلًا ، وأصغر حجمًا ، وأشد نفعًا ، وهو من أفضل علاجات الكبد على الإطلاق ، كما أنه مضاد للأورام السرطانية لخاصيته المضادة للأكسدة ، ويستعمل النبات كله من جذوره وحتى زهوره ، ويؤكل غضًا في الشتاء والربيع ، ويعصر في الصيف والخريف .

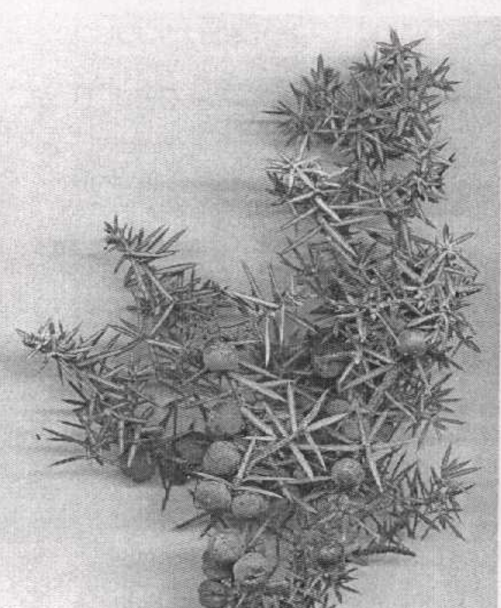
* **خصائصه :**

مضاد للأسقربوط ، مضاد للأكسدة ، مدر للصفراء ، منق للدم ، فاتح للشهية ، مدر للبول .

* * *

العرعر Juniperus Communis L

- ويسمى أيضًا : السرو الجبلي .



- وهي أشجار كبيرة تنمو في أعالي الجبال ، تجود في الأماكن الباردة تنتج ثمارًا عنبية تشبه النبق ، حادة الطعم ، تفيد في علاج النقرس والقولون العصبي نظرًا لخاصيتها المطهرة ، المنقية للدم ، كما يتخذ منه خلاصة تضاف إلى ماء فطر الكمبوشة .

- ويستعمل هذا الماء لعلاج النقرس ، والأمراض الروماتيزمية والقولون العصبي .

❋ خصائصها :

منقية للدم ، مطهرة ، فاتحة للشهية ، مدرة للطمث ، مدرة للبول ، دافعة للريح.

❋ ❋ ❋

العكوب Chardon marie

- وتسمى أيضًا : شوك الجمل ، يطلق عليها في سوريا اسم خرفيش الجمال ، وتسمى : حرشف بري .

- وهو نبات شوكي ، أوراقه إذا يبست صارت شوكًا حادًا ، وله بذور تؤكل وأوراقه خضراء داكنة مشبحة بالبياض ، وكأنه حليب مسكوب عليها .

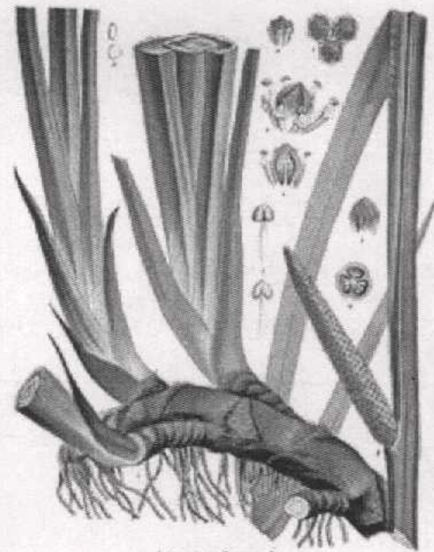
- وفوائده الطبية عظيمة جدًا فهو مفيد لأوعية القلب وخاصة الشريان التاجي ، كما يعد من أهم أدوية الكبد العشبية ، وكذلك هو منشط لإفراز الصفراء .

❋ **خصائصه :**

منشط ، مدر للصفراء ، مدر للبول ، منقى للدم .

❋ ❋ ❋

عود الوج Acore Odorant


Acorus calamus L.

ويسمى أيضًا : عرق أكر ، وقصب الذريرة ، عود الريح ، إيكر .

* وهو نبات مائي يشبه البوص (الغاب) غير أن جذوره هي المستعملة على نطاق واسع ، فهي تجفف وتطحن وتؤخذ سفوفًا لدفع الرياح ، لذلك من أسمائه عود الريح ، أوراقه لها رائحة ممتازة تشبه رائحة المندرين ، وجذوره إذا أمسكتها بالفم تقوي على الباءة ، وإذا طحنت وأضيفت إلى زيت زيتون ساخن ، وتركت ليومين ثم صُفِيَ هذا الزيت وُطِلِيَ به الإحليل طال انتصابه ، ويؤخر القذف .

* وإذا مَضغت قطعة منه يجعلك تكره التدخين ؛ فهو يساعد على الإقلاع عن التدخين .

* خصائصه :

دافع للريح ، فاتح للشهية ، مدر للطمث ، قاطع للنزف .

* * *

Laurier D' apollon الغار



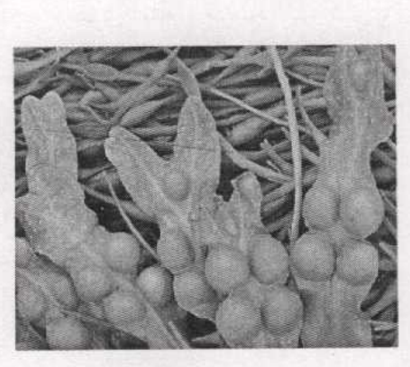
ويسمى في الجزائر : الرند ، وكذا يسمى : اللورة ، وعصا موسى .

* وهي شجرة كبيرة تصل إلى عشرة أمتار من حيث طولها ، أوراقها إذا طبخت مع اللحم أسرعت في نضجه ، وهي من توابل اللحوم المشهورة بورق اللورو ، كما يصنع من قطرانه وزيته صابونًا مطهرًا مضاد للطفيليات والفطريات ، ويستخرج من ثماره زيت للتدليك يريح المفاصل.

* **خصائصه :**

مطهر ، مهدئ ، مُعَرِّق .

Fucus Vesiculosis الفوقص الحويصلي



هو طحلب بحري يلتصق بالصخور، ولوريقاته فقاعات هوائية تجعله يطفو على سطح الماء تعرف بالحويصلات الهوائية لذا سمي فوقص حويصلي ، وهو من أهم أدوية الغدد الدرقية ، ولديه قدرة على امتصاص الشحوم لذا يستخدم في تركيبات التخسيس ، ولأنه طحلب بحري فله رائحة غير مرغوب فيها (أي زفرة) وخاصة عند الغليان لذا يدخل في تركيبه أعشاب أخرى تعزز قدرته وتذهب برائحته مثل المرمرية والبردقوش.

* **خصائصه** : منق للدم ، مسهل ، منبه .

القراص Urtica Dioica



ويسمى أيضًا : قريص ، أنجرة ، حريق .

وهو نبات ينمو في الشتاء والربيع في البساتين ، إذا احتك به البستاني سبب له حكة شديدة ؛ لذا سُمي بالقراص ، وكذلك لوجود مادة في عصارته تسبب هياجًا لجلد الإنسان .

* ومع ذلك فهذا النبات يعتبر صيدلية كاملة ، فهو غني جدًا بفيتامين C ، والحديد ، والكالسيوم ، والبوتاسيوم ، والكبريت ، والمنجنيز .

*** خصائصه :**

مقوي للدم ، مضاد للسكري ، قابض ، منق للدم ، مدر للبول ، مدر للحليب، قطاع للنزف .

* * *

القرطم Carthamus tinctorus

ويطلق عليه : الزعفران الزائف لقوة وجه الشبه بينهما .



ويطلق عليه في مصر : العصفر ، وكذا من أسمائه : إحريض ، شجرة الشيوخ ، وهو نبات مهم جدًا زهره ملون (صابغ) باللون الأحمر ، وبذوره تسمى بالقرطم .

* يستعمل في مصر بكثرة ، وهو مقوي للباءة ، وزهوره تستخدم بكثرة في تخليل الليمون مع الحبة السوداء ويسمى بالليمون المعصفر .

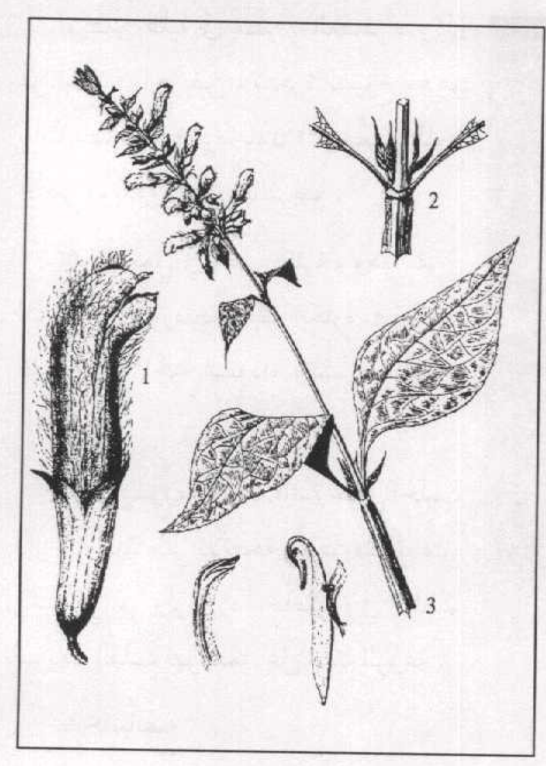
* كما لبذوره وأوراقه فائدة تحويل الحليب إلى جبن تمامًا مثل الأنفحة ، وهو مسهل مثل السنامكي ، ولزهوره خاصية في تنظيم ضربات القلب فهو يعمل على تهدئة الروعة .

* **خصائصه :**

مهدئ ، مسهل .

* * *

القصعين Salvia Spp.



وتسمى في لبنان بالناعمة المخزينة ، ويطلق عليها في الشام اسم : الميرامية ، وفي مصر تسمى المرمرية .

* يقال في شأن هذا النبات : " لماذا يموت الإنسان الذي يعيش وفي بستانه ينبت القصعين ، لولا استحالة وجود علاج ضد سلطان الموت ؟ ".

* فقيمته في الشفاء عظيمة جدًّا ، ويطيب الأطعمة كتابل من التوابل وهو مضاد للأرق ، والقلق النفسي ، ومهدئ لنوبات الربو ، ولكن يؤخذ باعتدال .

* **خصائصه** :

مطهر ، مضاد للتشنج ، خافض للسكر ، مضاد للعرق ، دافع للريح ، منشط لإفراز الصفراء ، مدر للطمث ، مضاد للسمنة .

* * *

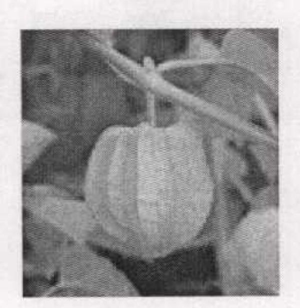
Physalis Elkekengi L. الكاكنج

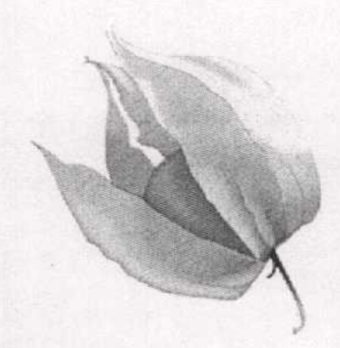
ويسمى أيضًا : عنب الثعلب ، وكذا كرز الشتاء ، وعرف الديك ويطلق عليه في مصر اسم : الحرنكش .

* وهو نبات من الفصيلة الباذنجانية ، يزهر بالصيف زهورًا صفراءً ثم تنتفخ هذه الزهور وتصبح كالمصباح الورقي ، عجيبة الشكل تشبه نبات "الباميا" وبداخلها ثمرة مثل العنبة ، ولها بذور دقيقة جدًا مثل بذور حبات الطماطم ، والثمرة صفراء كمونية ذات طعم حامضي حلو ، تؤكل لعلاج النقرس ، وحصى الكلى والمرارة ، ومضاد للسكري .

* **خصائصه :**

منق للدم ، مدر للبول ، ملين ، مقاوم للحمى .





* * *

الكرويا، Carum Carvi L.



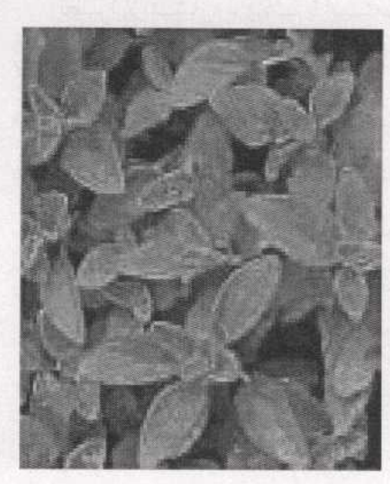
ويطلق عليها : كمون أرمني ، كمون الجبال ، وتسمى في اليمن بالقعس ، وهو نبات عطري يستعمل زهره في صنع الطعام والخبز ، وتستعمل بذوره في إدرار الحليب ، وإذا ما خلطت بعلف الحمام لا يهجر الحمام بيته وبذوره تشبه الكمون إلى حد كبير .

❋ **خصائصه :**

دافع للريح ، مهدئ ، مدر للحليب .

❋ ❋ ❋

المرو. Origanum Vulgare L



* ويـــسمى أيـــضًا : مردقـــوش ، وبردقوش ، ومرزبخـوش ، ويطلـق عليـه في المملكة العربية السعودية اسم : دوش .

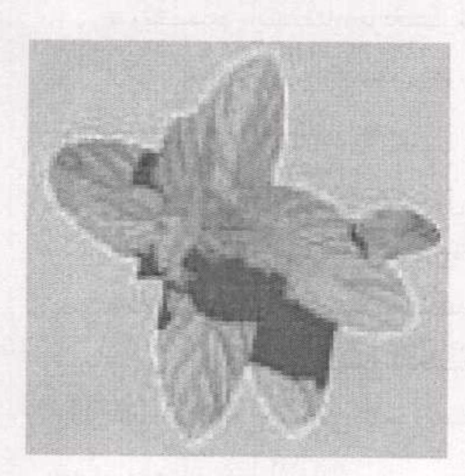
كأفضل ما يكون العشب ، وأفضل ما يكون التابل ، فهو شراب منعش منفث عظيم الفائدة للضغط المرتفع وحساسية الصدر ، ويساعد على الفطام ؛ لأنه قـابض للحليب ، ومدر للطمث ، زهوره تعطي النحل عسلًا شهيًا ، وهو تابل ممتاز للأسماك .

* **خصائصه :**

منفث ، مسكن للآلام ، مطهر ، مضاد للتشنج ، مدر للطمث ، مبيد للفطريات ، منشط ، هاضم .

* * *

النعناع Mintha



نظـرًا لانتـشاره ، وكثـرة اسـتعماله ، وأهميته عـرف في كـل بقـاع الأرض باسـمه هذا : " النعناع "، ولتعدد صـفاته وأشكاله يسمى أسماء مركبة منها : النعنـاع البلـدي ، نعناع المدينة ، نعناع فلفلي ، نعنـاع كـافوري وهكذا ، إلا أن صفاته ، واسـتعمالاته تكـاد تكون واحدة ، والاسم مشتق مـن اليونانيـة "Mintha" أي : الحوريـة ، يـستخرج منـه زيت المنثول الطيار ، والمنفث.

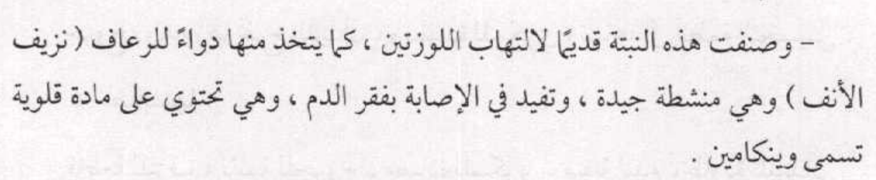
* يفتح سدد الأنف ، ومضاد لآلام العضلات ، ودافع للريح ، ومهدئ للمغص ، ومشروب منعش ، ومحسن للأطعمة والمشروبات ، كما يضاف إلى السلطة وبعض الوجبات الخفيفة .

* **خصائصه :**

منعش ، منفث ، هاضم ، دافع للريح ، مهدئ .

* * *

الونكة Vinca major



* وتسمى أيضًا : العناقية ، وزهرة العناق .

- وكثيرًا ما تزرع في منطقتنا العربية بغرض الزينة لأنها تكاد تكون مزهرة طوال العام ، وأوراقها تكون بديعة المنظر مع اختلاف ألوان زهرها فمنها الأبيض ، والبمبي ، والأحمر ، والبنفسجي .

- وصنفت هذه النبتة قديمًا لالتهاب اللوزتين ، كما يتخذ منها دواءً للرعاف (نزيف الأنف) وهي منشطة جيدة ، وتفيد في الإصابة بفقر الدم ، وهي تحتوي على مادة قلوية تسمى وينكامين .

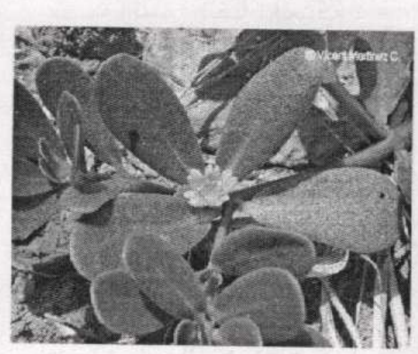
- وقد تبين من بعض الدراسات الحديثة بأن زهور الونكة مفيدة ضد أنواع السرطان .

* **خصائصها :**

مضادة للسكري ، توقف إفراز الحليب ، تمدد الأوعية الدموية ، مضادة للأكسدة .

* * *

الرجلة .Portulaca oleracea L



وهذا هو اسمها في مصر ، أما في لبنان فيطلق عليها : (فرفحين) وتسمى أيضًا بالبقلة الحمقاء ، والفرفخ ، والبقلة المباركة .

* سميت بالبقلة الحمقاء ؛ لأنها تقف في وجه السيل ، وسميت بالبقلة المباركة لدعاء النبي ﷺ لها ومباركته إياها كما روي : " أنبتي أنى شئت " أي : كيف شئت ، فهي حقا كذلك تنبت في أي مكان ، وتعيش طويلًا حتى بعد قطفها ، وهي أنفع ما تكون لقرحة المعدة ، والإثنا عشر ، وتضاف إلى السلطة فتعطيها طعمًا حمضيًا مرغوبًا فيه ، وهي توقف النزف من الجروح، وبذورها تخرج الديدان ، ومضادة للسكري وتساعد في أنظمة التخسيس .

* **خصائصها :**

قاطعة للنزف ، لائمة للجروح ، مضادة للسكري ، منقية للدم ، طاردة للديدان .

* * *

الشعير Hordeum Vulgare

(خبز الأنبياء)

كان أكثر خبز النبي ﷺ من الشعير وهو خبز الفقراء والمساكين ، وأهل البوادي هم أعرف الناس بفوائده ويتخذ من طحينه حساءً مفيدًا يعرف "بالتلبينة" ذكرها رسول الله ﷺ مثنيًا عليها مقسمًا بالذي نفسه بيده إنها لتغسل البطن كما تغسل إحداكن وجهها من الوسخ ، ودلت الأبحاث الحديثة على صحة ذلك وعظيم فائدة التلبينة ، كما يتخذ من الشعير شرابًا معروفًا هو " البيرة " ومنها ما هو بدون كحول فيعد حلالًا ، كما يصنع من دقيق الشعير شراب مختمر طازج (البوظة) ولكن البوظة إذا ظلت لليوم الثالث أصبحت خمرًا مسكرًا يحرم شربه ، أما في يومه الأول فهو لذيذ الطعم عظيم النفع ، كثير الغذاء ، والشعير نبات ينبت في جميع الأجواء ، ويجود في كل أنواع الأراضي الزراعية ، ولا يحتاج لكثير الماء ، لذا يزرعه أهل البوادي على ماء الأمطار ليكون كلأ لمواشيهم ، وهو لا يحتاج إلى مجهود في الريِّ أو التسميد ، وهذه دعوة لأولي الأمر للاستفادة من خصائص الشعير وزراعته والاستفادة من محصوله الوفير لسد الفجوة الغذائية ، وتوفير عملة صعبة .

- كما يحمص الشعير ويطحن ويصنع منه مشروب صحي مشابه للبن ، يضاف إليه الحليب فيصير لذيذ الطعم ، عظيم النفع ، كما أن مغلي الشعير يعد من أفضل وأنفع المشروبات المضادة للحميات على الإطلاق .

*** خصائصه :**

لا تحصى ولا تعد .

* * *

Heliamthus tuberosus L. القلقاس

* أوراقه كبيرة وتسمى (ودن الفيل) تصلح علفًا للماشية ، ودرناته هي المستعملة في الغذاء ، وهو مفيد جدًّا لمرضى السكري ، وذلك لأن نسبة الجلوكوز فيه تكاد تكون معدومة ، وهو غذاء مولد للطاقة ويزيد في إدرار الحليب ، كما يزيد في المنيِّ ، ومعين على الباءة إعانة بالغة (عن تجربة) .

* **خصائصه :**

ملين ، مضاد للسكري ، معين على الباءة ، مدر للبن .

* * *

Capparis Spinosa L. الكبر



* ومن مسمياته : تفاحة الغراب ، وعنب الحية ، ويسمى في السعودية بـ : شِفَلَّحْ .

- وهو عبارة عن شجيرة شوكية تنبت في حوض المتوسط ، والجزيرة العربية ، لحاء جذورها يفيد في علاج أمراض الكبد والطحال ، ثمارها تؤكل لعلاج السكري ، وهي تشبه التين غير أنها حامضية قليلًا .

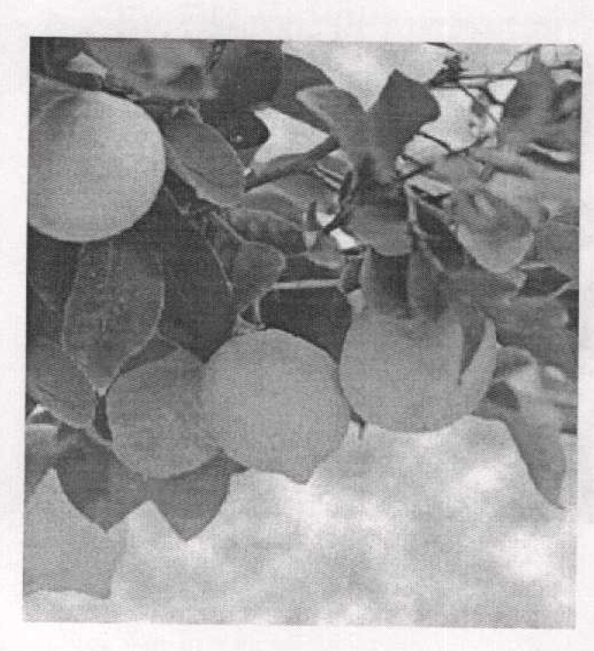
- أوراقها ، وزهورها يتخذ منها شرابًا ساخنًا لتفتيت ودفع حصوات المرارة والكلى ، وذلك عن تجربة شخصية ، أزهاره يجتنيها النحل بشراهة ، ويعطي منها عسلًا بنيًا مر الطعم غالي الثمن ، شديد النفع .

* **خصائصه :**

مدر للصفراء ، منشط للكبد ، مضاد للسكري ، مفتت للحصى ، مدر للبول ، مضاد للتشنج .

* * *

الليمون Citrus Limonum riss



* تعتبر آسيا الجنوبية الشرقية موطن الحمضيات الأصلي ، إذ تنبت فيه تلقائيًا كأشجار برية ، وهي تجود بالأراضي الطينية والرملية وفي الأراضي الرملية جيدة الصرف أفضل ، وهي شجرة متوسطة الحجم شوكية ، ومنها صنف عديم الشوك ، وثمارها حمضية اللب ، وقشرتها عطرة وتحتوى على زيت الليم الذى يدخل في تركيب العطور ويدخل في صناعة الصابون ، ويطلق على ثمرة الليمون : بنزهير . باللغة الفارسية ، ومعناها : (قاتل سم) أي مضاد للسموم ، وهي بحق كذلك باستعمال القشرة واللب ، والبذور .

* ويصنع منها مشروبًا منعشًا مع إضافة قليل من السكر أو العسل ، ويسمى : ليموناتة . وهو غني جدًا بفيتامين C المضاد لداء الحفر .

* أزهاره جميلة ذات رائحة عطرة ، يصنع منها خلال التقطير ماء كولونيا ، وزيوت عطرية .

* **خصائصه :**

مقاوم للحمى ، منعش ، مطهر ، يوقف النزف ، منشط ، مضاد للسموم.

الصبر Aloe Vera



* ويطلق عليه : ألوه ، ويطلق عليه في مصر اسم : صبار بلدي .

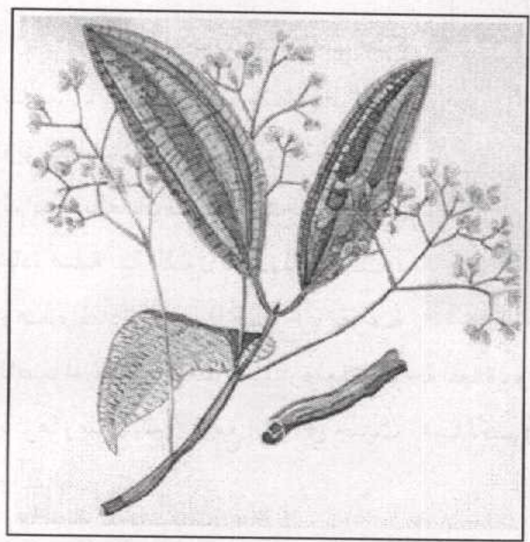
– وأجود ما يكون بجزيرة سوقطرة باليمن ، تقطع أوراقه وتشق طوليًا ، ويؤخذ الجيلاتين (لب الورقة) ويعصر ثم يركز بالغليان ثم يبرد فيتجمد فينتج مادة صلبة بنية اللون ، سهلة التفتت ، وهذه المادة لائمة للجروح ، مفرغة للصفراء ، مقوية للعظام ، ممتازة لعلاج قرحة المعدة ، والإثنى عشر ، وهي مسهل قوي ، ذكرها رسول الله ﷺ مع الثفاء في حديث : «ما لكم في الأمرين من الشفاء : الصبر والثفاء» .

* **خصائصه :**

مفرغ للصفراء ، لائم للجروح ، مسهل .

* * *

القرفة
Cinnamomum Zeylanicum nees



– وهي شجرة متوسطة الحجم ترتفع ما بين خمسة إلى ستة أقدام أو ٥ : ٦ أمتار ، يتخذ من لحائها شراب شعبي واسع الانتشار كما تدخل في توابل المطبخ .

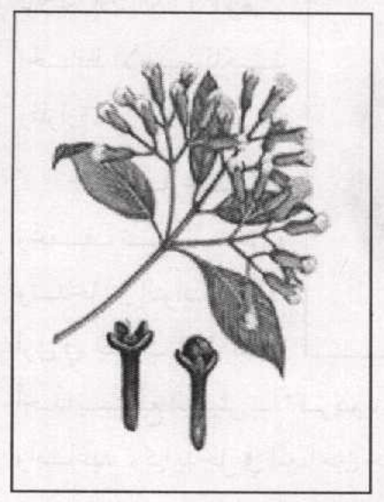
– **خصائصها** : مهضمة ، معرقة ، قابضة للمعدة ، مسخنة ، تساعد على طلق الولادة ، منقية للدم .

❋ **ملحوظة مهمة** :

لا تعطى للحامل .

❋ ❋ ❋

القرنفل
Eugenia Caryophyllata Thunb



هي شجرة عظيمة ، جميلة المنظر ، أجود ما تكون في مدغشقر وجزر القمر ، وأندونيسيا ، وكينيا .

- الجزء المستعمل : برعم أزهارها المجففة (كبش القرنفل) ويقطر ويؤخذ منه روح القرنفل الذي يدخل في كثير من معاجين الأسنان ، والحشو المؤقت للأسنان ؛ لخاصيته المسكنة للألم ، ولكن الحذر كل الحذر من استعمال روح القرنفل في أمراض اللثة وخاصة الاستخدام العشوائي لأنه يلهب اللثة .

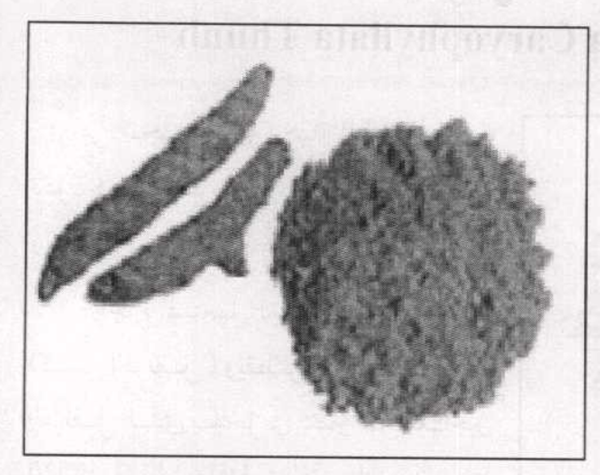
- وكبش القرنفل يضاف إلى التوابل ، وبعض المشروبات كالشاي فيكسبها طعمًا منعشًا ولذيذًا .

❋ خصائصه :

يسهل الولادة ، منق للدم ، مسكن للألم وخاصة آلام المفاصل إذا استخدم كدهان .

❋ ❋ ❋

الكركم
Curcuma Xanthorrbiza



* وهو من أهم علاجات الكبد ، وهو الحافظ الأمين للكبد والمرارة .

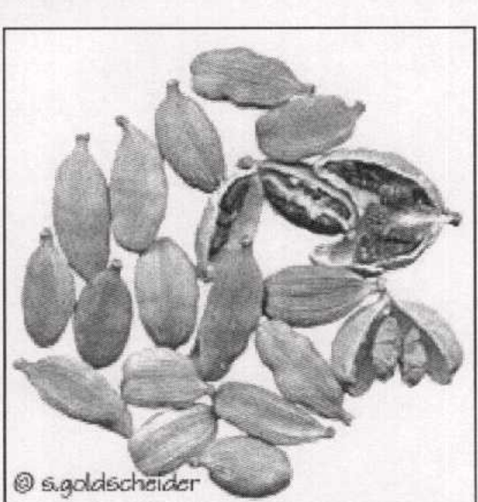
- تؤخذ جذوره وتجفف ثم تسحق ، وتدخل في التوابل ، ولا أرى في جنوب شرق آسيا أحدًا يستطيع العيش بلا كركم ، فهو يدخل في معظم أغذيتهم ، وحلوياتهم ، وأصباغهم ، كما يدخل في المعاجين خاصة لبعض الأمراض الجلدية ، فهو مطهر ، ومضاد للتقرح ، ويخلط بالجير الحي والعسل ويضمد به لقرحة (الليشمانيا) ، والكركم إذا أضيف إلى الحليب وعسل النحل يريح المعدة ويشفي قروحها ، وينقيها عن تجربة شخصية .

خصائصه :

لائم للقروح ، منق للدم ، مفتت للحصى ، مدر للصفراء ، منشط للكبد .

* * *

الهال
Elettaria Cerdamomum



* ويطلق عليه بالجزيرة العربية حب هيل ، ويسمى بالحبهان .

- تنتشر زراعته في سيريلانكا ، والهند ، وجوا تيمالا ، والمستعمل منه الثمار التي تحتوي على بذور سوداء صغيرة ذات رائحة عطرة ، ومذاق رائع يضاف إلى الحساء والقهوة فيزيدهما روعة ولذة ، ويحضر منه شرابًا ساخنًا ضد الفواق (الزغطة) .

- كما أنه منفث ، ومطهر للأمعاء ، ومهضم ، ومنشط جنسي رائع .

خصائصه :

هاضم ، منق للدم ، دافع للريح ، طارد للبلغم ، مطهر للفم .

* * *

الهال
Elettaria Cardamomum

الفصل الرابع
التداوي بمنتجات النحل

لأهمية عسل النحل القصوى والفريدة أفردت له فصلًا ، ورأيت أن أجعل في هذا الفصل جميع فوائد منتجات النحل وليس العسل فقط ، عسى أن ينفع الله به، فتوكلت على الله ربي وربكم معتمدًا على خبرتي الشخصية بصفتي نحالًا متمرسًا ، متنقلًا بين العديد من الأقطار حيث أتيح لي العمل في ذلك المجال بالمملكة العربية السعودية ، وكما تعلمون فإن السعودية ممتدة الأطراف ، متعددة البيئات ، فهناك البيئة الزراعية ، وهناك البيئة الصحراوية الرملية ، وهناك البيئة الجبلية ، والأودية والمنخفضات ، ومن خلال هذه التجربة أقول : بأن الله قد منَّ عليَّ بخبرة لا بأس بها في التداوي بالأعشاب ، نقلًا من ألسنة البدو الرُّحل ، والجنسيات المختلفة العاملة بالمملكة العربية السعودية .

والنحل – أعزائي القراء – يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس ، كما قال ربنا عز وجل ، ولاحظوا معي لفظة (بطونها) فقد جاءت بصيغتي الجمع والتأنيث أي : ليست بطنًا واحدة، ولكنها أكثر من ذلك لتشتمل على جميع البطون ، كذلك بصيغة التأنيث دليلًا على أن المنتج للعسل هن الإناث من النحل وليس ذكورهم ، وأن في خلية النحل : الإناث (الشغالات) ونرى أن المنتج ليس منتجًا واحدًا ولكن عدة منتجات مختلفة الأشكال والألوان بل إن منتجًا واحدًا منها وهو العسل يأتي بعدة ألوان فتعالوا معنا نستعرض منتجات النحل :

المنتـج الأول : وهو الغاية ألا وهو عسل النحل (بطن أولى) .

المنتـج الثاني : هو شمع النحل ، ويخرج من غدد بطنية تشبه غدد العرق (بطن ثانية) .

المنتج الثالث : حبوب اللقاح يأتي بها النحل في سلة اللقاح على رجليه ، ثم يضيف عليها من لعابه ، ثم يخزنها رقائق في العيون السداسية الشمعية (بطن ثالثة) .

المنتج الرابع : الغذاء الملكي وينتجه النحل من غدد خاصة بين فكيه ليغذي بها ملكة النحل ، ويرقات النحل الصغيرة بنسب مختلفة (بطن رابعة) .

المنتج الخامس : وهو سم النحل وكيفية إنتاجه كالآتي :

عندما ينتهي النحل من إنضاج العسل ، ويختم على الشمع يُسَمَّى : بالرحيق المختوم ، وبعد إقفال الشمع تمر شغالات النحل بأذنابها (أذنابها ومؤخراتها) على هذا الغطاء الشمعي مفرزة قليلًا من المادة السمية الحافظة ؛ تلك المادة التي تحدث حرقة وتورما عندما تلسع النحلة جلد الإنسان ، فهذا السم له وظيفتان : وظيفة الحفظ والدفاع ، ووظيفة ثالثة أودعها الله فيها ألا وهي الشفاء.

النحالون أقل عرضة للأمراض

بالإحصاء والتحري والبحث وجد أن طائفة النحالين والعاملين بالمناحل أقل عرضة لأمراض كثيرة تنتشر بين غيرهم من فئات البشر ، وبالبحث عن الأسباب وجد أنهم وبطبيعة عملهم هم أكثر الناس تعرضًا للسعات النحل ، كما تتيسر لهم سبل الحصول على عسل النحل طازجًا ، وأن العسل الطازج يختلف اختلافًا بسيطًا عن العسل المحفوظ جيدًا ، كما أن تناول الأقراص الشمعية المحتوية على حبوب اللقاح يكون ميسورًا لهم دون غيرهم وأن بعض النحالين لديهم هواية تناول يرقات النحل ، وغذاء الملكات ، كما وجد أن النحال عند اقترابه من الخلية وفتحها والتعامل معها يتنفس زفير النحل وهو ما لا يتاح لغيره .

* * *

أولاً : عسل النحل

- لا أريد هنا أن أكتب مثل ما يكتب كل من يستعرض عسل النحل فأقول يتكون ، أو يتركب عسل النحل من كذا ، وكذا ، وكذا ، فهذه معلومات يعرفها كل من قرأ عن عسل النحل ، ولكنني هنا أريد أن ألفت الانتباه إلى جزئية مهمة ألا وهي الفارق بين أنواع العسل .

إن النحل يجتني الرحيق من الزهور ، وأحيانًا يجتنيه من ثمار كالتمر ، والتين، والجميز ، والعنب ، والمانجو ، فكل الثمار الحلوة تجذب النحل ، وحتى مصاصات القصب ، ومصانع الحلويات تجذب النحل أيضًا ، بل وبقايا أكواب العصائر والشاي ، وعلب المثلجات والمياه الغازية .

- لذلك فإن خلايا النحل كلما بعدت عن المدينة ، ومصانع الحلوى والسكر كان العسل أجود ، وقيمة العسل ترجع إلى قيمة ونوع النبات الذي يجتنيه النحل بل إن الصفة العلاجية للنبات تنتقل إلى العسل المجتنى منه مضاعفة في قوتها العلاجية ، وهذه الخاصية لمستها شخصيًا في أنواع العسل .

ولكن من المعلوم طبيًا أن المريض يعالج بالعسل المنتج في بيئته التي يعيشها ؛ وذلك لأن حبوب لقاح النباتات تنتشر في البيئة المحيطة له فإذا أخذ منها عن طريق الفم بصورة طبيعية كما توجد في العسل؛ فإن هذا العسل هو الأفضل من أي نوع آخر ولو كان من أقاصي الجبال .

(الكم والكيف في التداوي بالعسل)

مما أرى : أن الكم في التداوي بالعسل أفضل من الكيف ، أي : أن المريض عندما يتداوى بالعسل أو يتخذه أسلوبًا في علاجه ينهجه ، فإن تناول كميات كبيرة من عسل بيئته يكون أفضل من أن يأخذ ملعقة واحدة من عسل غالي الثمن يأتي من بلدان بعيدة ، أو من أعالي الجبال ، وذلك مما نرى كثيرًا من الناس يسأل عن أنواع من العسل تأتي من أماكن بعيدة ، وبالتالي ترتفع أثمانها ظنًا منهم أن العسل الغالي الثمن الباهظ التكاليف يكون أفضل في علاجهم ، ولاشك أن الأعسال الجبلية تكون أفضل ، ولكن الكمية

لابد وأن تكون معقولة وكافية ، وكما سبق وقلنا ؛ فإن العسل الأنفع هو عسل بيئتك التي تعيش فيها .

- وعسل النحل عمومًا هو أنفع مع الأغذية ، وأنفع شراب مع الأشربة ، وأنفع دهان للبشرة وللقرحة ، وهو جلاء للبصر وإليكم بعض الأوصاف المحتوية على منتجات النحل لكثير من الأمراض الشائعة .

ثانياً : شمع النحل

- شمع النحل : هو المنتج الثاني من حيث الأهمية في عالم النحل ، بل ويعد المنتج الاقتصادي الأول في بعض المناطق مثل إندونيسيا ، وجنوب إفريقيا ، فهو يستعمل في الصناعة كما يستخدم في الطب ؛ فاستعمالاته في الصناعة كثيرة ومهمة ، حيث يدخل في تغليف أسلاك الكهرباء وملفات المواتير ، كما يدخل في مستحضرات التجميل ، وأقنعة الجمال ، أما استعمالاته الطبية فأكثر تعددًا وأهمية ، حيث يدخل في عمل حمامات الشمع للأمراض الروماتيزمية ، وعمل لصقات لعلاج آلام الظهر ، كما يعد قاعدة لمعظم الكريمات والمراهم ، كما أنه يمضغ بما فيه من عسل لعلاج الجيوب الأنفية وحمى القش ، كما يدخل في صناعة اللبان البلدي المعطر للفم ، المقوي للأسنان ، كما يدخل في صناعة مقاسات أطقم الأسنان .

والكثير من الصناعات الغذائية والطبية والكيميائية .

ثالثًا : حبوب اللقاح

- ومصدرها الأساسي غبار الطلع الموجود في العضو الذكرى للزهور فيجمعها النحل في سلة اللقاح الموجودة على رجليه وهو يجني الرحيق ، وأحيانًا يخرج النحل من خلاياه ابتغاء جنى حبوب اللقاح منفردة ذلك لأنها الغذاء البروتيني للنحل ، ونسميه نحن النحالين : خبز النحل ، وهي لازمة ليرقات النحل حتى تكتمل وتصبح حشرة كاملة (أي نحلة كاملة) فهي تقتات عليها داخل شرنقتها ، ولأهميتها إذا لاحظ النحال

ندرة حبوب اللقاح داخل خلاياه عمد إلى تعويض النحل ببدائل حبوب اللقاح ، أو الانتقال بمنحله إلى منطقة غنية بحبوب اللقاح حتى يقوي نحله في خلاياه .

* وفي موسم الفيض يجمع النحالون كميات من حبوب اللقاح بإحدى طريقتين أو بهما معًا ، وذلك بوضع مصائد على أبواب الخلايا بحيث تسمح بمرور النحل ولا تسمح بمرور حبوب اللقاح ، فتبقى حبوب اللقاح خارج الخلايا في مكان تجميعها ، ويجمعها الصبية قبل الغروب ، ثم تجفف وتعبأ للتسويق ، أما الطريقة الأخرى فهي جمع تلك الحبوب داخل الأقراص الشمعية وتباع بشمعها و لقاحها وبعض العسل فيكون منتجًا رائعًا عظيم النفع ، فحبوب اللقاح تساعد على التغلب على فقر الدم ، وتنشط الكبد ، وتعد مكملًا غذائيًا عالي القيمة للرياضيين ، وأصحاب الأنشطة الذهنية والعضلية ، وتعين الجسم على بناء نفسه بعد العمليات الجراحية ، والنقه ، ومرضى السكر ، ولضمور العضلات ، ولضمور خلايا المخ والأعصاب .

رابعًا : غذاء ملكات النحل

- يعتبر أثمن منتجات النحل على الإطلاق ، لقلة وجوده ، ولا يوجد إلا في ظروف معينة ، والخلية المنتجة للغذاء الملكي لابد أن تكون في أوج قوتها ، ومع تطور علم النحالة أصبح الغذاء الملكي منتجًا رئيسيًا بعد زيادة الطلب عليه ، فأصبح النحالون يضعونه في المقام الأول بعد زيادة الطلب عليه ، وأصبح هناك مناحل خاصة لإنتاج الغذاء الملكي ، لا يهمها العسل أو الشمع ، بل مطلبها الرئيسي هو غذاء الملكات ، وذلك بالعمل على تقوية خلايا النحل ، وتدفئتها ، وتغذيتها تغذية مكثفة مع إيتام الخلايا (دفعها للشعور باليتم لفقد ملكتها) فيلجأ النحل لبناء بيوت ملكية ومن ثم ملئها بالغذاء الملكي ، وفي اليوم الثالث وحتى الخامس من الشعور باليتم يجمع النحال ما شاء الله له أن يجمعه من الغذاء في ظروف معينة تلزم حفظ المنتج طازجًا ثم يعبأ للتسويق .

* وقد بلغت بعض الدول في إنتاج الغذاء الملكي مبلغًا عظيمًا حتى أصبحت بعض الخلايا تنتج حوالي (خمسمائة جرام من الغذاء الملكي) في الجنية الواحدة ، حدث هذا في الصين ، وتايوان ، وأصبحت تلك الدول هي المصدر الرئيسي لغذاء الملكات لسد حاجة الطلب العالمي .

ولا يدخل الغذاء الملكي في الصناعة عدا صناعة الدواء ، وغذاء الملكات منشط عام ، وخاصةً للمخ ، وجهاز المناعة ، كما أنه يساعد الجسم للتخلص من الأورام ، وهو منشط جنسي خطير ، ويقوي مادة المني ، كما يساعد في خصوبة النساء ويعيد إليهن الحيوية بعد سن اليأس ، ويحافظ على الشباب والصبا إذا استمر استعماله بالجرعات الموصى بها ، ونظرًا لطول عمر ملكة النحل بالقياس على عمر الشغالة (الملكة من ثلاث إلى خمس سنوات ، أما الشغالة فعمرها لا يتجاوز الأربعين يومًا) .

قيل إن السبب هو أن الملكة لا تتغذى إلا بالغذاء الملكي واعتبر ذلك سببًا في طول عمرها ، وعمر من يتغذى به ، ولكل أجل كتاب .

• وأفضل استعمال للغذاء الملكي هو إضافة جرام واحد من غذاء الملكات لكل مائة جرام عسل نحل ، ويؤخذ من هذا الخليط ملعقة واحدة يوميًّا في حال الصحة ، وملعقتان فقط في حالة ما يكون الشخص به علة أو في فترة نقاهة .

خامسًا : البروبليس
(غراء النحل)

- هذا المنتج العجيب يجتنيه النحل من أي مادة صمغية ليسد به شقوق خلاياه، ويلحم أقراصه بعضها ببعض ، ولتضييق أبواب الخلايا في فصل الشتاء ، كما يغلق به شرانق اليرقات (الحضنة) أو أماكن الحضن كعملية تطهير ، كما يحنط به جثة أي معتد على خليته بعد موتها حتى لا تصدر رائحة كريهة ، أو تتعفن داخل الخلية مما يدل على قوة الحفظ ، والتطهير لصمغ النحل ، لذا يدخل في محاليل التطهير الجراحية.

- ونحن نستخدمه خاصة أثناء إجراء عملية الحجامة .

- كما يلصق البروبليس على الكاللو ، وعين السمكة فيزيلها خلال ثلاثة أيام .

- يدخل أيضًا البروبليس في بعض المشروبات الساخنة لمعالجة التهاب اللوزتين والحلق ، وعلاج قرحة المعدة .

سادسًا : سم النحل

- استخلصت بعض شركات الأدوية الأوربية (سم النحل) وأنتجته في صورة أنبول ، يخفف بالماء ، ويحقن بالعضل ، وذلك لعلاج ضعف المناعة والإجهاض المتكرر غير المسبب .

- كما يعالج خراجات الأسنان ، ونحن في الطب الشعبي نستخدم النحل بالطريقة اليدوية ، بالإمساك بالنحل وإرغامه على لسع المكان المراد حسب منهج مدروس ، وذلك لعلاج أمراض الروماتيزم المفصلي (الروماتويد) والعقم عند النساء ، والصدفية الجلدية ، والتهابات الكبد .

- كما يجب أن نحذر من أن بعض الأمراض يجب على أصحابها الابتعاد عن المناحل ، والحذر من لسعات النحل مثل :

* الحساسية للسع الحشرات .

* الضغط المرتفع .

* ضيق الشريان التاجي .

* مرض السكر المرتفع .

- فإذا حدث المحظور لابد وفي أسرع وقت من أخذ حقنة أدرينالين مضادة على يد طبيب متخصص لتحديد الجرعة .

سابعًا : يرقات النحل

إن عالم النحل في حد ذاته ينقسم إلى ثلاثة أقسام أو يتنوع ما بين ثلاثة أنواع وهي :

- إناث كاملة الأنوثة ، وذكور كاملة الذكورة .

- وإناث غير كاملة الأعضاء الأنثوية ، وهي تحديدًا العضو المستقبل عضو الزواج ، والغدد المسببة لاختيار النوع .

* **فالأنثى الكاملة هي ملكة النحل** : وهي واحدة بين أكثر من أربعين ألف نحلة ، فإذا صارتا اثنتين انقسمت الخلية .

* **الشغالات** : وهن إناث ، ولكن ليست عندهن القدرة على وضع البيض ، وينحصر عملهن في اجتناء العسل ، وحبوب اللقاح هذا للشغالات الشابة ، أما الشغالات الصغيرة فعليها خدمة الخلية ، من إنضاج للعسل ، وحفظ اللقاح ، وإطعام اليرقات ، وصنع الشمع وتغذية الملكة ، وغير ذلك كثير .

* **والذكور** : شغلهم الشاغل هو تلقيح الملكة في حال زواجها ، وهى تحدث مرة واحدة في عمرها ، وواحد فقط هو الذي يفوز بها ، أما تواجدهم في الخلية - والملكة أم تضع البيض - فذلك فقط لحفظ النوع ، فلربما نادتهم عذراءٌ أخرى من خلية مجاورة .

- لذلك فإن النحال المتمرس عندما يرى يرقات الذكور كثيرة ، فإنه يتخلص منها لأنها تتغذى على كمية كبيرة من العسل ، والنحال المتمرس صاحب الخبرة العالية في هذا المجال وخاصة في فن التداوي بمنتجات الخلية ، لا يلقيها تحت قدميه ، بل إنه يلتقطها، ويضعها في كمية من العسل ، ثم يهرسها بالخلاط فلها طلب .

فائدة يرقات النحل :

- إن يرقات ذكور النحل بها نسبة عالية من البروتين ، والفوسفور وهرمونات الذكورة ، فهي تزيد في نسبة الخصوبة عند الرجال ، وتعين على الجماع .

- يرقات ملكات النحل يجمعها منتج الغذاء الملكي ، وتخلط بعسل النحل ، وتُعطى للنساء كأقنعة للبشرة، وتتغذى عليها النساء فيزيد في خصوبتهن ولو بعد سن اليأس .

قال تعالى في محكم التنزيل : ﴿ **ٱلَّذِينَ يَذْكُرُونَ ٱللَّهَ قِيَـٰمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِى خَلْقِ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَـٰذَا بَـٰطِلًا سُبْحَـٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ ﴿١٩١﴾** ﴾ [آل عمران] .

الفارق بين العسل الطبيعي وغير الطبيعي

- عزيزي القارئ إنه لحاجز ضخم يقف بينك وبين العسل كغذاء أو دواء وهو عدم الثقة في طبيعة العسل ؛ لأن العسل كمادة غالية الثمن نوعًا ما ، فكثير ما يلجأ ضعاف النفوس إلى خلط العسل بمادة سكرية أخرى أو غشه كاملًا، أو يلجأ بعض النحالين إلى تغذية النحل في وقت الفيض بالسكر أو الجلوكوز بغية زيادة الإنتاج ، وهذا غش ولكن بطريقة غير مباشرة .

- أما إذا كانت التغذية في وقت لا زهر فيه فهذا أمر طبيعي للحفاظ على حياة النحل ووجوده .

- عسل النحل الطبيعي تختلف لُزُوجته حسب كل نوع ، وحسب درجة الحرارة ، فأحيانًا تجد العسل رقيقًا بالصيف ، لزجًا بالشتاء ، وأحيانًا تجده لزجًا بالصيف والشتاء ، وأحيانًا تجد العسل أبيض مائل للصفرة ، وأحيانًا تجده أحمر أو بنيًا ، أو أسود ، وبعض الأعسال طعمها مر .

- ولكن النقطة الوحيدة التي يظن البعض بها أن العسل مغشوش هي تجمد العسل وتحببه ، وهذا على العكس تمامًا إذا أن العسل الطبيعي فقط هو الذي يتحبب بعد مرور بعضًا من الوقت ، وأشد الأعسال تحببًا هو عسل القطن ، وعسل الكافور ، وهذا يرجع لغناهما بحبوب اللقاح ، إذ أن حبوب اللقاح هي السبب الرئيسي لتبلور العسل وتحببه ، فالتبلور صفة رئيسية في عسل النحل .

- وكذلك فإن عسل النحل يكون معتمًا أي أنك إذا وضعت ورقة مكتوبة خلف برطمان العسل فإنك لا تستطيع قراءتها من الأمام .

- ولكنني رأيت بنفسي بعض الأعسال تخرق هذه القاعدة ، فإن عسل السدر (النبق) لا يتبلور وذلك لندرة حبوب اللقاح فيه وكثافته الطبيعية الزائدة ، وكذلك عسل السنامكي ، والأفسنتين فإنه عسل عديم اللون مثل الماء ، ويشف ما تحته .

فسبحان الله العظيم القائل في محكم آياته :

﴿ وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى ٱلنَّحْلِ أَنِ ٱتَّخِذِى مِنَ ٱلْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ ٱلشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ﴿٦٨﴾ ثُمَّ كُلِى مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسْلُكِى سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا ۚ يَخْرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ۗ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾ ﴾ [النحل] .

* * *

الفصل الخامس
من كنوز البيئة

- الدفن بالرمال الساخنة .
- التدثير الجاف .
- الحمام المتصاعد .
- الحمامات المتعاقبة .
- حمامات البخار .
- حمامات الطين .
- كاسات الهواء .
- تنقية الدم (الصوم ، الفصد ، الحجامة) .

* * *



الدفن بالرمال الساخنة

– وهي وسيلة طبية قديمة جدًّا ، ابتدعها المصريون القدماء ، ولا زالت يعمل بها حتى الآن ، ولها قواعد وأصول ، ولم أرها بأصولها وقواعدها إلا في رأس البر ، ذلك المصيف الرائع على مصب النيل في البحر المتوسط على فرع دمياط ، تلك المدينة الساحرة ، فهذه البقعة الجميلة تنفرد بجو ساحر وطبيعة أخاذة وحتى مبانيها المحاطة بحنان الشمس من كل الجوانب ونسيم الهواء المشبع باليود والياسمين ، وعطف الجيران ، وحسب علمي فإن هذا المصيف سُمي برأس البر ؛ لأنه عبارة عن لسان من اليابسة بين النيل والبحر ، وقد جنحت سفينة عليها بعض المسافرين كانوا قاصدين مكانًا للاستشفاء من أسقامهم ، وعندما تكسرت شرعتهم وجنحوا إلى تلك اليابسة شفيت أسقامهم ، فسموها رأس البر ، فرمالها الناعمة يتخذ منها المعالجين مدافن لعلاج أمراض الروماتيزم ، والروماتويد ، ولكن للأسف الشديد امتد الزحف العمراني على تلك الرمال ، فسرق الرمال وعلوم الرجال .

وهنا أوجه نداء إلى ولاة الأمر والمهتمين بالعلاج البيئي :

– أيها السادة إن رأس البر كادت تفقد رونقها كمنتجع سياحي علاجي عالمي ، وذلك بسبب الزحف العمراني على منطقة الرمال الصفراء ، والتي من الممكن إعادتها ، وتشجيعها ، واستثمارها عالميًا بقليل من الفكر الواعي ، والتخطيط الجيد ، والإعلام المخلص ، وتشجيع القلة الباقية من ذوي الخبرات العلاجية في عملية الدفن بالرمال ، فهذه الوسيلة ناجحة تمامًا في علاج كثير من الأمراض . عافانا الله وإياكم من كل سوء . وجزاكم الله خيرًا .

* * *

التدثير الجاف

أعزائي - عافاكم الله - :

-إن من رحمة الله تعالى أن البدن إذا دخله مرض ترتفع درجة حرارة البدن ، فتكون علامة للمريض حتى يطلب الدواء والشفاء .

وفي ذات الوقت فإن تلك الحرارة لازمة لقتل الميكروبات المسببة للمرض ، ولذلك فإنه لابد من طريقة لدفع العرق للخروج عن طريق الجلد ، وهذه الطريقة هي طريقة التدثير الجاف ؛ فهي تساعد على إخراج الماء من الجسم ورفع درجة حرارة البدن والعظام ومساعدة الجسم على التخلص من سمومه بسهولة ويسر وخطواتها كالتالي :

١- يدخل المريض دورة المياه ، ويفرغ ما في بطنه ومثانته إن وجد .

٢- يشرب كوبًا أو اثنين من مغلي الشعير المُحلَّى بالعسل .

٣- يدخل المريض على فراش قطني ، ثم يستلقي على ظهره ممدودًا ، ثم يلف باقي الفراش من فوقه ومن تحته ، وتكون اليدين والرأس حرتين ، ثم يغطى ببطاطين صوفية حوالي خمسة أو ستة من البطاطين لمدة ثلاثين دقيقة ، وإن كان لديه قدرة على التحمل أكثر من ذلك فهو أفضل ، ثم تبدأ عملية إزالة البطاطين واحدة كل عشر دقائق ، ثم يدخل الحمام ملفوفًا بالغطاء القطني (كوفرتة أو بشكير) ، ويأخذ حمامًا ساخنًا ثم يلف في بشكير ويجلس في جو معتدل الهواء ، ويشرب كوبًا من الزنجبيل المُحلَّى بالعسل ، أو شوربة دجاج ، أو فاكهة مناسبة .

- وهذه الطريقة مناسبة لأمراض الروماتيزم ، والروماتويد والصدفية ، والدوالي ، والسمنة ، وضمور العضلات ، وأمراض الرئة وأوجاع الظهر .

عافانا الله وإياكم من كل داء ومن كل سوء .

* * *

الحمام المتصاعد

– حمام الماء المتصاعد هو الحمام الدافئ يتم تزويده بالماء الساخن لرفع درجة حرارته تدريجيًا ، وبالتالي رفع درجة حرارة الجسم ، ويفضل إضافة بعض الأعشاب المغلية مثل الريحان ، أو حصالبان ، أو المرمرية ، أو الخردل – حسب الحاجة – وهذا الحمام مفيد جدًا لأمراض الروماتيزم والسمنة ، وضمور العضلات ، والأرق .

الحمامات المتعاقبة

– هذه الحمامات تعتمد على الماء الساخن والبارد بالتبادل ، ولمدة نصف ساعة تقريبًا ، فيصبُّ الماء الساخن أولًا ، ثم يعقبه الماء البارد المثلج ثم الساخن ثم البارد المثلج .. وهكذا .

وهذه الطريقة لا تصلح إلا للذراعين والساقين ، وهي خاصة بعلاج الدوالي ، وتصلب الشرايين .

حمامات البخار

– هناك حمامات بخار كلية أي للجسد كله ، وهي عبارة عن غرفة مغلقة ، ومبطنة بالقيشاني، وفي وسط الغرفة مغطس مياه يغلي أو مواسير تضخ بخار ماء ساخن ، أو يوجد بوسط الغرفة حجارة محمية معدة لذلك ، ويتساقط عليها الماء قليلًا قليلًا فيتصاعد على هيئة بخار ماء ، وحمامات البخار مفيدة لمرضى الأرق ، وضعف الدورة الدموية ، وضمور العضلات والأعصاب وبخاصة لو أُتبعت بالتدليك اليدوي مع بعض الزيوت الخاصة بذلك .

* أما الحمامات البخارية الجزئية فهي التي تكون عبارة عن أعشاب تغلي في الماء ، ويوجه البخار المتصاعد أثناء الغليان إلى جزء معين من الجسم ، ويكون ذلك للوجه ويستفيد منه الأنف والحلق والعينان ويوجه للأذن أيضًا ، كما يوجه للمقعدة أيضًا في بعض أمراض النساء .

حمامات الطين

وهي حمامات تعمل بالطين الصلصال ، أو بطينة مشبعة بالأملاح ، كطينة البحر الميت ، وهذه الحمامات مفيدة في الأمراض الجلدية خاصة ، وطينة البحر الميت تفيد جدًّا في علاج الصدفية ، والأكزيما .

والله تعالى هو الشافي

فادعوه يستجب لكم

كاسات الهواء

وهي طريقة لسحب الأخلاط من عمق البدن إلى سطح الجلد ، وتنفع في الأمراض الباردة عمومًا ، وأكثر ما تكون على عضلات الظهر ، والصدر والمثانة ، وتجرى بتسخين كأس زجاجي أو معدني عن طريق شعلة بداخل الكأس ثم يوضع على المكان المراد بسرعة واحتراف ، ثم يترك قليلًا ثم ينزع برفق واحتراف ثم يعاد مرة أخرى .

- والمحترف في تلك الطريقة يمكنه أن يحرك الكأس بواسطة الانزلاق على زيت نعناع أو الكافور ، أو الزيتون بحركات عكسية ، وتفيد تلك الطريقة مرضى الضغط المنخفض ، وهشاشة العظام ، وضمور العضلات ، وتُحذر على مرضى التمزق العضلي وتمزق الأربطة .

تنقية الدم

مع التقدم الحضاري ، والتقدم التقني وازدياد السرعات ، واختلاف الأنظمة الغذائية ، والاستعمال المفرط للمنشطات، والمهدئات والمسكنات، والفيتامينات والأدوية بأنواعها ، ومع زيادة التعرض للأضواء الصناعية ، والموجات الكهرومغناطيسيّة ، والأبخرة المتصاعدة من العمليات الصناعية ، و عوادم وسائل النقل البري والبحري ، والجوي ، زد على ذلك الغبار الذري الناتج عن الوقود النووي للصواريخ الحاملة

للمركبات الفضائية فزادت الأمراض ، زادت أمراض الدم على وجه الخصوص ، كما زادت وسائل التعرف على تلك الأمراض من تحاليل وأشعة تشخيصية .

إذن فأول وسائل تنقية الدم هي البعد عن أسباب تلك الأمراض بالخروج إلى الأماكن البرية ، أو المنتجعات الريفية ، أو الشواطئ والتخلص من تلك المسببات الخارجية واستبدال الأغذية المركبة والمعلبات بالأغذية البسيطة الطازجة . وإليك عزيزي القارئ بعض الطرق للوقاية من أمراض الدم :

* * *

طرق تنقية الدم

أولاً : الصوم

الصوم الشرعي - عن الطعام والشراب من الفجر إلى المغرب - يعد وسيلة ممتازة لتنقية الدم على أن يتم الإفطار على طعام خفيف غير مركب كشوربة الفول النابت ، أو شوربة اليقطين ، وفواكه طازجة مع كوب زبادي ، ولا يقرب الخبز أو الكربوهيدرات ، وكذلك السكريات عدا العسل والفواكه .

- الصوم الجزئي (الحمية) وفيها يتناول المريض الطعام والشراب طوال اليوم ولكن على نوع واحد أو نوعين فقط ، ولمدة أسبوعين فأكثر على أن يبدأ هذا الصوم بقيأة ومسهل مثل السنامكي وبعد تنظيف البطن .

* وتقسم وجباته كالآتي :

- الإفطار : كوب زبادي + نصف كيلو جزر مسلوق .

- الغذاء : شوربة خضار مُشكلّة قوامها : البطاطس ، والجزر ، والفاصوليا الخضراء ، وأوراق السلق .

- العشاء : نصف كيلو جزر مسلوق + حبة واحدة من الجريب فروت .

وبين هذه الوجبات يشرب عصير الجزر أو الليمون ، أو البرتقال الطازج .

* وهناك نظام حمية آخر كالآتي :

- الإفطار : تفاحة واحدة + نصف كيلو عنب

- الغذاء : تلبينة شعير بأوراق السلق والجزر .

- العشاء : تفاحة واحدة + نصف كيلو عنب .

ويشرب بين تلك الوجبات مغلي الشعير المُحلَّى بالعسل .

* وكذلك يوجد نظام حمية كالآتي :

- الإفطار : بطاطس مسلوقة + كوب مخلل كرنب .

- الغذاء : قطعة لحم أرنب بالمرق والليمون و الشعيرية + فاكهة موسمية طازجة .

- العشاء : كوب من الزبادي مُحلَّى بعسل النحل .

ويشرب بين هذه الوجبات شاي البردقوش أو النعناع .

- وهذه الأنظمة الغذائية يعمل بها ولمدة أسبوعين على الأقل ، ثم يتدرج المريض في العودة إلى النظام الطبيعي كأن يضاف لوجبة الإفطار ربع رغيف من الخبز ، وفي الغذاء كوبًا من الأرز ، وفي العشاء ربع رغيف من الخبز .

ثانيًا : الفصد

هذه الوسيلة تصلح لمرضى الضغط المرتفع ، وزيادة نسبة الكوليسترول ، واليوريك أسيد (المسبب لمرض النقرس) ، ويتم فيها سحب الدم من أحد الأوردة الأساسية من الذراع ، أو فوق الإبمهم ، أو فوق العرقوب ، ويتم فيه سحب ما لا يقل عن مائتين وخمسين مليليتر من الدم ، ويمكن تكرارها كل ستة أشهر .

ثالثًا : الحجامة

الحجامة هي إحدى وسائل الاستفراغ الدموي ، فقد سبقنا الأولين من عرب وعجم لمعرفة هذا السر العجيب ، وهو أنه إذا فقد الجسم شيئًا من الدم بمقدار كبير يضعف وقد يصل به إلى الموت . أما إذا أخذ منه شيئًا يسيرًا ينشط ويتغلب على أسقامه .

كالراعف مثلًا يكون شاكيًا من صداع وآلام ، فإذا نزف من أنفه استراح وأفاق من شكواه، وكذلك المرأة عند المحيض ، إذا تأخر موعد حيضها زادت آلامها ، وتأزمت حالتها النفسية ، فإذا حاضت زالت شكواها ، فكذلك العلاج بالحجامة .

- وهو امتصاص قليل من الدم بطريقة خلخلة الهواء عن طريق قرون الحيوانات ، أو كاسات من الخزف أو خشب البامبو وأخيرًا الزجاج .

وهذه الطريقة في العلاج لم تنسب لحضارة بعينها لأننا نراها حينًا على جداريات وبرديات الفراعنة كوسيلة علاجية واضحة وضوح الشمس، ثم إذا بنا نكتشف أن الحضارة الصينية القديمة تتخذ نفس الأسلوب العلاجي ، والخلاف في شكل أو المادة الخام المشكلة للمحاجم، وكذلك وجدت نقوش في حضارة البيرو والمكسيك، كما

توارثها الرعاة الأفريقيون أبا عن جد ، حضارات متباعدة جغرافيًا وزمنيًا فمن أين أجمعوا على هذه الوسيلة العلاجية في شفاء أمراضهم ؟!

وأين الغرابة في ذلك وقد أنبأنا رسول الله ﷺ وهو الذي لا ينطق عن الهوى حيث قال: «إن أمثل ما تداويتم به الحجامة والقسط البحري» [1] .

كما أن جبريل عليه السلام نزل بحجامة الهامة على رسول الله ﷺ عندما أكل من الشاة المسمومة ، ونحن المسلمين سمعنا وأطعنا وآمنا بما قال المبعوث رحمة للعالمين وعملنا بما علمنا فوجدنا خيرًا كثيرًا وكنزًا مخبًا .

ولذا أرجو من جميع العاملين بالحقل الطبي وأطبائنا العظماء أن يجتهدوا في البحث في ذلك الكنز المخبوء وتفسير نظرياته العلمية حتى لا يترك المجال للقيل والقال كما أرجوا أن يكملوا أبحاثًا سبقتهم في هذا المجال .

* * *

(١) سبق تخريجه .

سؤال وجواب حول الحجامة

س١ : هل الحجامة شفاء لكل داء ؟

ج : إن في الحجامة شفاء وليست هي الشفاء ولكنها دواء ووسيلة علاجية مثلها مثل غيرها من الوسائل ، فالشافي هو الله تعالى ، فهو سبحانه وتعالى مسبب الأسباب ، وهو تعالى معلل الأسباب فالماء سر الحياة ، ومنه كل شيء حي ، ويموت فيه الإنسان غرقًا ، والنار تشوي وتقتل ، ويجعلها الله بردًا وسلامًا ، ويجعلها دفئًا لمن كاد يُقتل بردًا .

- ولكنا سمعنا وبلغنا عن نبينا محمد ﷺ : «إن في الحجم شفاء» [١] ، وقوله ﷺ : «شفاء أمتي في ثلاث : في شرطة محجم ، أو لعقة عسل ، أو كية بالنار ، وأنا أنهى عن الكي» [٢] .

وقوله أيضًا : " إن خير ما تداويتم به الحجامة والقسط البحري " كما ورد أن أعرابيًا دخل على رسول الله ﷺ وعنده حجَّام ، وقد وضع المحاجم على رأسه فقال : مهِ يا رسول الله علامَ تترك جلدك لهذا يشرطه؟ فقال ﷺ : " إنَّ هذا أمثل ما تداويتم به " .

- إذن هي تداوي ، وهي من أحسن طرق التداوي ، ولكن لا تلغى الطرق الأخرى فلربما تيسر الطبيب ، ولم يتيسر وجود الحجام ، ولربما كان العكس ، فالأمر متروك ، وليس أمر بالحجامة وترك ما سواها ، فقد أمر رسول الله ﷺ باتخاذ الطبيب الحاذق مداويًا ، كما أمر بالرقية ، ولم ينكر أخذ الأجرة عليها ، وأمر بالتداوي بالتلبينة ، والصبر والثفاء ، والتمر ، والدباء ، والفريقة ، والأترج ، والسفرجل ، وماء زمزم ، والماء العادي لعلاج الحمى ، والكمأة شفاء للعين ، والاكتحال بالإثمد لحدة البصر ، ونبات الشعر (الرموش) والتسعط بعود الكست للخشام (الزكام) ، وزيت الزيتون إدامًا ودهانًا ، وألبان الإبل وأبوالها للكبد ، والاستسقاء ، والحناء لخضاب الجلد والشعر ولعلاج القرح .

---

(١) صحيح الجامع : (٢١٢٨) .

(٢) رواه البخاري .

* ولم ينه عن الثوم والبصل وقال : « فلنوجعهما طبخًا » ، وثبت أن الطبخ يضر كل الخضار إلا الثوم والبصل، وأنبأنا أنه ليس في الأغذية ما هو أفضل من اللبن (غذاءً) وأكل الزنجبيل وأطعم كل الموجودين في مجلسه منه وحبذ التمشي (أخذ مسهل) بالسنا بدلًا من الشبرم .

إذن فالأدوية متعددة حسب ما تيسر ، وقال رسول الله ﷺ : «يسروا ولا تعسروا ، وبشروا ولا تنفروا ».

س٢ : هل للحجامة أوقات محددة ؟

ج : للحجامة أوقات مستحبة ، وليست محددة ، فالمستحب فيها من الأوقات صبيحة يوم السابع عشر ، أو التاسع عشر ، أو الحادي والعشرون من الشهر العربي (ميقاتنا الهجري) ويجوز الثالث والعشرون ، وكذا الخامس والعشرون .

- وهذه للأمراض التي تستطيع لها صبرًا ، أما الصداع بالرأس ، والضغط المرتفع ، أو الألم من أثر كدمة ، أو الوجع في أي عضو لا تستطيع له صبرًا ففي حينه ووقته ، تحتجم في أي ساعة وفي أي وقت ، وفي أي يوم ، وعلى أي حال .

- وكان هذا مذهب الإمام أحمد بن حنبل رحمه الله ،وهو إمام أهل السنة والجماعة كان يحتجم في أي وقت شاء ، وفي أي ساعة وفي أي يوم شاء يتبيغ عليه الدم (أي : يرتفع عنده ضغط الدم) .

س٣ : هل على المحتجم شروط قبل وبعد الحجامة ؟

ج : الحجامة على الريق أمثل (أفضل) وهذا أهم شروطها ، وتستحب على وضوء وليس شرطًا، واشتراط عدم الجماع قبلها لا أصل له ، وكذا اشتراط عدم الجماع بعدها ولكنه أفضل ، فإذا كان عند المحجوم شهوة وقوة وقدرة على الجماع ، فليعلم أنه ليس محظورًا يفسد الحجامة ، وقد تناقلت كتب كثيرة وأقوال عديدة : أن أكل البيض واللبن ومنتجات الألبان عمومًا ممنوعة على المحتجم ، بل وقال بعضهم: إن من احتجم وأكل بيضًا فأصابه برص فلا يلومن إلا نفسه ، وقيل أيضًا: من احتجم وشرب لبنًا أو أكل جبنًا فأصابه برص أو بهاق فلا يلومن إلا نفسه ، فقد قيل ذلك ولم يذكر السبب ، وليس لذلك تفسيرًا علميًّا ولا نهيًا شرعيًّا، وأنا دائمًا أميل إلى طاعة الأمر ، والانتهاء عن النواهي ،

وأسأل الله أن أكون كذلك، وأن يجعلني كذلك ويتوفاني على ذلك ، ولما لم يكن لذلك النهي أساس شرعي ، ولا أساس علمي ، فكان ظني أن الأولين كانوا يظنون أن الدم لونه أحمر فإذا نقص الدم وشربت لبنًا أبيض تأثر الجلد بذلك ، فتبين لي غير ذلك ، بعد أن احتجمت وشربت اللبن وأكلت البيض والحمد لله لم يصبني برص .

س٤ : هل الحجامة تفطر الصائم ؟

ج : استند البعض إلى حديث رسول الله ﷺ الذي رواه أبو داود عن ثوبان « أفطر الحاجم والمحجوم » وقال البعض : إن الحجام كان يمص الدم بفمه فكان يخشى أن يقع الدم في جوفه فيفطر وهذا سبب الحديث ، فقلت: إن كان هذا للحجام فما بال المحجوم .

- وأرد على ذلك بأن الحجام لا يمص الدم بفمه لا قديمًا ولا حديثًا ، بل إنه كان قديمًا يمص الهواء حتى يثبت المحجم على الجلد (خلخلة الهواء) والبعض يفعل ذلك بحرق ورقة داخل كأس ثم يقلبها على الجلد ، فتثبت ولا يحتاج إلى مص ، فلا خشية هنا من وقوع الدم في جوف الحجام ، ولكني سمعت - ولا أذكر أين قرأت - أن الحاجم والمحجوم كانا يغتابان مسلمًا عندما مر عليهما رسول الله ﷺ فقال : « أفطر الحاجم والمحجوم » كناية عن أكل لحم الميتة ، الذي هو كناية عن الغيبة ، والدليل على ذلك أن رسول الله ﷺ احتجم وهو صائم ، كما احتجم وهو محرِم لصداع في رأسه كما ورد في السنة ، عن ابن عباس رضي الله عنهما ، في صحيح البخاري (٥٧٠٠) (٥٧٠١) وعن مسلم في صحيحه (١٢٠٢) .

س٥ : هل الحجامة توجب الغسل ؟

ج : كان رسول الله ﷺ يغتسل من الجنابة وغسل الميت ، والحجامة ، وكان يغتسل من الجنابة وجوبًا ومن غسل الميت والحجامة استحبابًا ، فالوضوء يجزئ لأن رسول الله ﷺ اغتسل من الحجامة ولم يأمر بالغسل منها ، هذا هو الفارق - والله أعلى وأعلم .

س٦ : هل الحجام ينقل العدوى ؟

ج : ينقلها من يدعي أنه حجام ، أو قرأ كتابًا في الحجامة فاستسهلها واتخذ لها حقيبة ، ومحاجم ، ومشارط ، وعاث في الأبدان تشريطًا وحجمًا دون علم مسبق ، أو دراية وتوفيق إلهي ، إذ أن الجهل بالأمراض ، وطرق انتقالها يجعل المرء صيدًا سهلًا لتلك

الأمراض أو يجعله حاملًا لها ناقلًا لها لغيره ، أما من كان التوفيق حليفه والعلم رداءه انعكس ذلك عليه وعلى طبيعة عمله ، فمن الطبيعي أن يحمي نفسه أولًا وحمايته لنفسه تنعكس على المتعاملين معه ، فلا يكون ناقلًا للعدوى ، والله تعالى هو الشافي وهو الآمر باتخاذ الأسباب ، والتوكل عليه تعالى والنهي عن التواكل .

س٧ : ماذا تفعل الحجامة بالبدن ؟

ج : بلغنا عن رسول الله ﷺ أن فيها شفاء فاتخذناها من وسائل التداوي دونما البحث كيف يكون الشفاء ، وماذا تفعل المحاجم ولكن غيرنا بحثوا في هذا الأمر ، فوجدوا عجبًا ووجدوا أن الحجامة تستدعي دفاعات الجسم إلى مكان المحجم ، وهو المكان الذي حدده الحجام للعلاج حسب خبرته ودرايته ، كما تسحب الأخلاط الرديئة من عمق البدن إلى سطح البدن ، ومن ثم خروجه بعد التشريط في كأس الحجامة (المحجم) ، فإذا انتهى من عمله اندفعت دماء جديدة إلى ذات المكان ، فتزداد حيويته ونشاطه ، وهذا ما يحدث تمامًا بصورة طبيعية ، فكرات الدم البيضاء تحارب الميكروب ، وتفتك به ، ونتاج هذه المعركة يكون الصديد فيحدث الالتهاب ثم الورم ، ثم يشق الصديد لنفسه مخرجًا (دمل) أو (خراج) ويحدث ذلك في عدة أيام ، ولكن المحاجم تستعجل هذا العمل ، وتختصر الأيام إلى دقائق معدودة .

* * *

مشروبات صحية لتنقية الدم

- زر الورد + قشر التفاح – يستحلب بالماء المغلي ، ثم يُحلَّى بعسل النحل ويشرب .
- مستحلب النعناع البلدي .
- مستحلب الدوم + القرفة .
- مغلي الشعير + زنجبيل .
- مستحلب المليسا (الترنجان) .
- مستحلب الحلفابر (طازجة أفضل بكثير من المجففة) .
- التيليو وزهر النارنج أو الليمون أو البرتقال ويشرب ساخنًا .
- ينقع التمر هندي مع قليل من الكركديه ويُحلَّى بعسل عند الشرب.
- عصير الليمون الطازج يشرب باردًا أو ساخنًا .
- الليمون المجفف (مستحلب) ساخن .
- شراب التوت مثلجًا .
- شراب الرمان مثلجًا.
- عصير الجزر طازجًا.
- الخيار + قليل ملح + لبن رائب ويضرب بالخلاط .
- عصير الجريب فروت طازجًا .
- عصير البرتقال طازجًا .
- حب العزيز (حب الزلم) ينقع في الماء يومًا واحدًا ، ثم يضرب بالخلاط مع الماء ثم يصفى ويشرب طازجًا .
- عصير العنب طازجًا .
- ينقع الزبيب أو التمر ويشرب ماؤه مثلجًا ، كما يؤكل الزبيب المنقوع ، والتمر .

- مستحلب الكاكنج (الحرنكش) المجفف .
- عصير عنب الثعلب (الحرنكش) الطازج .
- عشر عنبات + برتقالة (يعصر الجميع ويشرب طازجًا) .
- مستحلب اليانسون .
- مستحلب الزنجبيل + اليانسون .
- مستحلب القرفة + حليب .
- مستحلب البردقوش .
- مستحلب ورق العنب + ورق التوت + الخرشوف .
- مستحلب زهور الريحان .
- مستحلب أوراق الريحان .
- مستحلب أوراق البشملة (إيكي دينيا) .
- مستحلب أوراق الجوافة (البراعم) .
- مستحلب بذور الكسبرة + الشبت .
- مستحلب الشمر + الكراويا .

* * *

الفصل السادس
الإصابة بالعين
والعلاج المفيد بإذن الله تعالى

- أخي القارئ الكريم ، كثيرًا ما ترى إنسانًا قد تبدل حاله من أحسن حال إلى أسوأ حال في الصحة والبدن والعقل ، والمال ، ولا تجد لذلك تفسيرًا ماديًّا ، فيقال : فلانًا كان قوي البنية ، أكولًا ، شرهًا والآن ضعف جدًّا ، وعاد لا يأكل ولا يشرب ، وانقلب حاله تمامًا وقد عرضناه على الأطباء وقام بإجراء التحاليل اللازمة ، واحتار الناس في أمره . أو يقول القائل : إن ابني كان متفوقًا في دراسته ، ملتزمًا في صلواته ، حسن الأخلاق لا يفوته درس ، ويشهد له الجميع بالتفوق والذكاء ، وفجأة ترك الصلاة وأصبح ينسى كل شيء ، ويغضب من أي شيء ، وقد تبلد ذهنه فجأة وكثيرًا ما يبكي ، ويقول : أصبحت أنسى ولا أستطيع التركيز . أو يقول لك القائل: قد ساءت أحوالي ، وتجارتي بعد أن كنت أبيع وأشتري ، وأنفق في سبيل الله ، وأخرج عامًا للعمرة ، وعامًا للحج ، وبعد أن اشتريت سيارتي الجديدة ، أو انتقلت إلى بيتي الجديد ساءت صحتي ، وفشلت تجارتي ، فماذا حدث ؟!!

- وإذا بحثنا عن الإصابة بالعين أو الحسد ، والله إنه لسبب رئيسي لكثير من المشكلات ، فالعين حق ، وقد بين ذلك سول الله ﷺ ففي الصحيحين عن عائشة رضي الله عنها قالت : «كان رسول الله ﷺ يأمرني أن استرقي من العين» [١] .

- وأخرج مسلم وأحمد والترمذي – وصححه– عن ابن عباس – رضى الله عنهما – أن النبي ﷺ قال : «العين حق ، ولو كان شيء سابق القدر لسبقته العين ، وإذا استغسلتم فاغلسوا» [٢] .

---

(١) رواه مسلم .

(٢) صحيح الجامع : (٥٢٨٦) .

– وأخرج الإمام أحمد ومالك والنسائي وابن حبان – وصححه – عن سهل بن حنيف : « أن النبي ﷺ خرج وسار معه نحو مكة ، حتى إذا كانوا بشعب الخرار من الجحفة اغتسل سهل بن حنيف ، وكان رجلٌ أبيض حسن الجسم والجلد ، فنظر إليه ابن ربيعة – أحد بني عدي بن كعب – وهو يغتسل ، فقال: ما رأيت كاليوم ولا جلد مخبأة . فلبط سهل ، وأتى رسول الله ﷺ ، فقيل : يا رسول الله ، هل لك في سهل ؟ والله ما يرفع رأسه . قال : هل تتهمون فيه من أحد ؟ قالوا : نظر إليه عامر بن ربيعة . فدعا رسول الله ﷺ عامرًا ، فتغيظ عليه، وقال : علام يقتل أحدكم أخاه ؟ هلا إذا رأيت ما يعجبك باركت ، ثم قال له اغتسل : له فغسل وجهه ، ويديه ومرفقيه ، وركبتيه ، وأطراف رجليه وداخله إزاره في قدح ثم صب ذلك الماء عليه – يصب رجل على رأسه وظهره من خلفه – ثم يكفأ القدح وراءه ففعل به ذلك ، فراح سهل مع الناس ليس به بأس» [1] .

كما أخرج البزار بسندٍ حسن ، عن جابر رضي الله عنه ، عن النبي ﷺ قال : «أكثر من يموت من أمتي بعد قضاء الله وقدره بالأنفس» [2] يعني : العين .

– فيجب على المسلم أن يحصن نفسه من الشياطين من مردة الجن والإنس بقوة الإيمان بالله، واعتماده وتوكله عليه ولجوئه وضراعته إليه والتعوذات النبوية ، وكثرة قراءة المعوذتين ، وسورة الإخلاص ، وآية الكرسي ، وفاتحة الكتاب .

– واعلم أخي الكريم أن الفارق بين الحسد والإصابة بالعين : هو أن الحاسد يصيب بعينيه والغل يملأ قلبه ، ولكن ربما تقع الإصابة بالعين من حبيب أو صديق ، أو أخ ، أو ربما أصاب الإنسان نفسه أو ماله بعينه ، فعلى كل مسلم إذا رأى ما يعجبه من نفسه ، أو لدى الناس أن يقول : ما شاء الله ، تبارك الله أحسن الخالقين .

– واعلم أخي العائن ، يا من وقع منك الأذى على أخاك وأنت لا تدري ، وأنت لا تنوي له أذى ، فقد وقع الأمر وعلاجه بين يديك ، وفي متناولك وقد أمرك به رسول الله ﷺ قائلًا: « وإذا استغسلتم فاغلسوا » .

---

(١) صحيح مسند الإمام أحمد : (١٦٠٢٣) .

(٢) صحيح الجامع : (١٢٠٦) .

أي إذا طلب منك المعيون (أي المنظور إليه) أن تتوضأ ليغتسل بماء وضوءك فلا تقل لماذا ، وعلى ماذا أصيبك بعيني ، هل أن حاسد ، إن عندي من المال ما ليس عندك ، وعندي من الأولاد من هم أفضل من أولادك ، فعلام أصيبك بعيني ، وتبغض أخاك أو تقاطعه .

- إن رسول الله ﷺ أمرك بأنه إذا طلب منك الغسل تغتسل ، ولا تسأل لماذا ، ولا تتحجج بحجج واهية، وأطع أمر سول الله ﷺ حتى ولو كانت الإصابة من غيرك ، برِّئ نفسك ، وقل : سمعنا وأطعنا يا حبيبي يا رسول الله ، ويا ليت تكون مني ، ويكون الشفاء من عندي ، فأبرئ إلى الله تعالى ، ولا تتمنى ألا يكون الشفاء في الماء الذي غُسّلِت به حتى تكون بريئًا ، ولكن تمنى أن يكون فيه الشفاء حتى لا تطول فترة عناء أخيك أو بحثه عن من أصابه . فالمسلم أخو المسلم ، لا يظلمه ولا يسلمه ، ولا يحقره ، ومن كان في حاجة أخيه كان الله في حاجته .

ونسأل الله الهداية

والله تعالى أعلى وأعلم

* * *

الأذكار والأدعية
التي ينبغي للعبد أن لا يخل بها لشدة الحاجة لها وعظم الإنتفاع في الآجل والعاجل

- اللهم رب السماوات السبع وما أظلت ، ورب الأرضين وما أقلت ، ورب الشياطين وما أضلت ، كن لي جارا من شر خلقك كلهم جميعا أن يفرط عليَّ أحد منهم ، أو أن يطغى عليَّ ، عز وجل ثناؤك ولا إله إلا أنت .
- أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه ، وشر عباده ، ومن همزات الشياطين وأن يحضرون .
- لا إله إلا الله العظيم الحليم ، لا إله إلا الله رب العرش العظيم ، لا إله إلا الله رب السماوات ورب الأرض رب العرش الكريم .
- يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث .
- الله الله ربى لا أشرك به شيئًا .
- لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين .
- اللهم إني عبدك ابن عبدك وابن أمتك ناصيتي بيدك ، ماضٍ فيَّ حكمك ، عدلٌ "فيَّ قضاؤك ، أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك ، أو أنزلته في كتابك ، أو علمته أحدا من خلقك أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور بصري وجلاء حزني وذهاب همي .
- رب أعوذ بك من همزات الشياطين وأعوذ بك رب أن يحضرون .
- اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والجبن والبخل ومن غلبة الدين وقهر الرجال .
- أعوذ بالله السميع العليم من الشيطان الرجيم من همزه ونفخه ونفثه .
- اللهم اكفني بحلالك عن حرامك وأغنني بفضلك عمن سواك .

• اللهم رب الناس أذهب البأس ، واشف أنت الشافي ، لا شفاء إلا شفاؤك شفاء لا يغادر سقما .

• ربنا الله الذي في السماء ، تقدس اسمك ، أمرك في السماء والأرض ، كما رحمتك في السماء فاجعل رحمتك في الأرض ، اغفر لنا حوبنا وخطايانا ، أنت رب الطيبين ، أنزل رحمتك وشفاء من شفائك على هذا الوجع .

• اللهم رب السماوات السبع وما أظللن ، ورب الرياح وما ذرين ، أسألك خير هذه القرية وخير أهلها وخير ما فيها وأعوذ بك من شرها وشر ما فيها .

• يا أرض ، ربي وربك الله ، أعوذ بالله من شرك وشر ما فيك وشر ما خلق فيك وشر ما يدب عليك وأعوذ بالله من أسد وأسود ومن الحية والعقرب ومن ساكن البلد ومن والد وما ولد .

• سبحان الله عدد خلقه ، سبحان الله رضاء نفسه ، سبحان الله زنة عرشه ، سبحان الله مداد كلماته .

• سبحان الله عدد ما خلق في السماء ، سبحان الله عدد ما خلق في الأرض ، سبحان الله عدد ما بين ذلك ، سبحان الله عدد ما هو خالق ، والله أكبر مثل ذلك ، ولا إله إلا الله مثل ذلك ، والحمد لله مثل ذلك ، ولا حول ولا قوة إلا بالله مثل ذلك .

• سبحان الله الملك القدوس ، رب الملائكة والروح ، جلَّت السماوات والأرض بالعزة والجبروت .

• سمع سامع بحمد الله ونعمته وحسن بلائه علينا ربنا صاحبنا فأفضل علينا عائذًا بالله من النار .

• اللهم إني أسألك من الخير كله ما علمت منه وما لم أعلم ، وأعوذ بك من الشر كله ما علمت منه وما لم أعلم .

• رب أعني ولا تعن علي ، وانصرني ولا تنصر علي ، وامكر لي ولا تمكر علي وانصرني على من بغى علي ، رب اجعلني لك شكَّارًا لك ذكَّارا لك راهبًا لك مخبتًا إليك

أواهًا منيبًا ، رب تقبل توبتي ، واغسل حوبتي وأجب دعـوتي ، وثبـت حجتـي ، واهـد قلبي ، وسدد لساني واسلل سخيمة قلبي .

- اللهم إني أعوذ بك من الهم والحـزن ، والعجـز والكـسل ، والبخـل والجـبن ، وضلع الدين وغلبة الرجال .

- اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن ، والعجز والكسل، والبخل والجبن، والهرم وعذاب القبر . اللهم آت نفسي تقواها ، زكِّها أنت خير من زكاها ، إنك وليها ومولاها . اللهم إني أعوذ بك من قلب لا يخشع ، ومن عين لا تدمع ، ومن نفـس لا تـشبع ، ومـن علم لا ينفع ، ومن دعاء لا يستجاب له .

- اللهم إني أعوذ بك من فتنـة المحيـا والممات ، اللهـم إني أعـوذ بـك مـن المـأثم والمغرم .

- اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك وتحول عافيتك ومن فجـاءة نقمتـك ومـن جميع سخطك .

- اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عني .

- اللهم اهدني وارزقني وعافني وارحمني .

- اللهم أسألك بأن لك الحمد لا إله إلا أنت بديع السماوات والأرض يا ذا الجلال والإكرام يا حي يا قيوم .

- اللهم إني أسألك الثبات في الأمر والعزيمة على الرشد ، وأسألك شكر نعمتـك وحسن عبادتك ، وأسألك قلبًا سليمًا ولسانًا صادقًا ، وأسألك من خير مـا تعلـم وأعـوذ بك من شر ما تعلم ، وأستغفرك لما تعلم إنك أنت علام الغيوب .

- اللهم ألهمني رشدي ، وقني شر نفسي ، واعزم لي على إرشاد أمري ، اللهم اغفر لي ما أسررت وما أعلنت وما أخطأت وما تعمدت ، وما علمت وما جهلت .

- اللهم فارج الهم كاشف الغـم مجيـب دعـوة المـضطرين رحمـن الـدنيا و الآخـرة ورحيمهما أنت ترحمني ؛ فارحمني رحمة تغنيني بها عن رحمة من سواك .

• اللهم إني أسألك خير المسألة وخير الدعاء وخير النجاح وخير العمل وخير الثواب وخير الحياة وخير الممات وثبتني وثقل موازيني ، وحقق إيماني وارفع درجاتي ، وتقبل الخير وخواتمه وأوله وآخره وظاهره وباطنه و ارزقني الدرجات العلا من الجنة آمين.

• اللهم إني أسألك خير ما آتي وخير ما أفعل وخير ما بطن وخير ما ظهر .

• اللهم إني أسالك أن ترفع ذكري ، وتضع وزري ، وتصلح أمري ، وتطهر قلبي ، وتحصن فرجي ، وتنور لي قلبي ، وتغفر لي ذنبي .

• اللهم إني أسالك أن تبارك لي في نفسي، وفي سمعي، وفي بصري، وفي روحي، وفي خلقي، و أهلي، وفي محياي، وفي مماتي، وفي عملي، وتقبل حسناتي، وأسألك الدرجات العلا من الجنة آمين.

• اللهم إني أسالك الطيبات، وفعل الخيرات، وترك المنكرات، وحب المساكين، وأن تتوب عليَّ، وتغفر لي، وترحمني، وإذا أردت في خلقك فتنة فنجني إليك منها غير مفتون، اللهم إني أسألك حبك وحب من يحبك وحب عمل يبلغني إلى حبك .

• اللهم متعني بما رزقتني وبارك لي فيه واخلف علي كل غائبة لي بخير .

• اللهم انفعني بما علمتني وعلمني ما ينفعني وارزقني علما ينفعني .

• اللهم أنت الأول لا شيء قبلك ، وأنت الآخر لا شيء بعدك ، أعوذ بك من شر كل دآبة ناصيتها بيدك ، وأعوذ بك من الإثم والكسل ، ومن عذاب القبر ، ومن فتنة الغنى ، ومن فتنة الفقر ، وأعوذ بك من المأثم والمغرم ، اللهم نق قلبي من الخطايا كما نقيت الثوب الأبيض من الدنس ، اللهم باعد بيني وبين خطيئتي كما باعدت بين المشرق والمغرب .

• اللهم بعلمك الغيب وقدرتك على الخلق أحيني ما علمت الحياة خيرًا لي ، اللهم إني أسالك خشيتك في الغيب والشهادة و أسالك نعيما لا ينفذ ، و أسالك القصد في الفقر والغنى ، وأسألك نعيما لا ينفذ ، و أسالك قرة عين لا تنقطع، وأسألك الرضا بعد القضاء ، وأسألك برد العيش بعد الموت ، وأسألك لذة النظر إلى وجهك الكريم ،

وأسألك الشوق إلى لقائك من غير ضراء مضرة ، ولا فتنة مضلة ، اللهم زيِّنا بزينة الإيمان ، واجعلنا هداة مهتدين .

- يا مقلب القلوب ثبت قلبي على دينك ، والميزان بيد الرحمن - عز وجل - يرفع أقواما ويخفض آخرين إلى يوم القيامة .

- اللهم صلي على محمد النبي وأزواجه أمهات المؤمنين وذريته و آل بيته ، كما صليت على آل إبراهيم إنك حميد مجيد ، وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين .

* * *

الخاتمة

الحمد لله متم النعم ، والصلاة والسلام على نبينا محمد النبي الخاتم ، وبعد :

فإن هذا العمل عمل بشري ؛ يحتمل الخطأ والصواب ، فإن أحسنت فبتوفيق من الله تعالى ، ثم بمعاونة من تفضلوا عليَّ بالمساعدة ، والتنقيح ، والإعداد ، ثم من تكرموا بالطباعة والتوزيع ، وإن أخطأت فمن نفسي ، ومن عمل الشيطان – أعاذنا الله وإياكم من وسوسته ، وهمزه ونفثه – .

– وأطلب من حضراتكم المعذرة ، كما أطمع أكثر في النصح والإرشاد لما يعود بالنفع على كل من يبتغي المنفعة على مثل طريقتنا ، وأدعوا الله – سبحانه وتعالى – أن يجعل خير أعمالنا خواتيمها ، وخير أيامنا يوم نلقاه ، وأن ييسر لنا سبيل الهدى والرشاد .

سبحانك اللهم وبحمدك ، نشهد ألا إله إلا أنت ، نستغفرك ونتوب إليك ، وصلي اللهم وزد وبارك على عبدك ونبيك محمد صلى الله عليه وسلم خير من صلى وصام ، وقام بالليل والناس نيام .

والحمد لله رب العالمين ..

الفقير إلى الله تعالى ..

وراجي عفو مولاه

أبو أنس السعيد السيد نصر

عضو الجمعية المصرية للطب البديل وحماية حق المريض

عضو الجمعية المصرية لحماية وتنمية البيئة

المراسلة : دمياط : السنانية بجوار مجمع صلاح الدين الإسلامي

مركز دار الحكمة للعسل والأعشاب والعلاج بالحجامة

موبايل : ٠١٢٧٢٦٩٧١٩ ـ أرضي: ٣٧٨٧٦٣/ ٠٥٧



الفهرس

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

* * *